vhs.Dortmund

programm 2015 | halbjahr 01

Vielfalt erleben

Stadt Dortmund
Kulturbetriebe

www.vhs.dortmund.de

vhs.inhalt

2 Information, Beratung, Anmeldung
3 Orientierungswoche
3 Nacht der Weiterbildung
3 Tag der fotografie
4 vhs.vortrag
6 vhs.bildungsurlaub
7 vhs.kalender
8 vhs.exkursion
9 Sprachen-Flatrate/Fotonachweis
10 vhs.webinare
12 vhs.kinder und jugendliche
14 vhs.campus
15 Deutsch-Projekt
16 Studienreisen

17 Elementarbildung, Mathematik, Schulabschlüsse
17 Alphabetisierung, Elementarbildung
18 Deutsch als Erstsprache
19 Mathematik
20 Schulabschlüsse

21 Beruf und Wirtschaft
21 Kompetenzen für den Beruf
29 Existenzgründung
30 Verbraucherinformation
32 IT-Informationstechnologien
32 Tastaturschreiben
32 IT – Grundlagen
35 – Tablet und IPhone
37 – MS-Office
39 – Präsentation und Professionelles Gestalten
40 – Datenbanken
41 – Photoshop
42 – Illustrator, Filme
42 – InDesign
44 – Web-Design
47 – Programmieren
47 – Für Jugendliche
48 – Technisches Zeichnen, CAD

49 Sprachen und Interkulturelle Bildung
49 Sprachen lernen in der VHS, Lernstufen
50 Orientierungswoche, VHS Sprachenberatung
51 Deutsch als Fremdsprache
56 Integrationskurse
57 Englisch
73 Französisch
78 Italienisch
82 Spanisch
88 Dänisch, Niederländisch
90 Norwegisch
90 Schwedisch
91 Griechisch
91 Türkisch
93 Portugiesisch
94 Bulgarisch, Kroatisch
95 Polnisch
96 Russisch
97 Tschechisch, Ungarisch, Litauisch
98 Arabisch
99 Chinesisch
99 Ivrit (Neuhebräisch), Hindi
100 Japanisch
101 Koreanisch, Persisch
101 Thailändisch, Vietnamesisch
102 Alte Sprachen (Latein, Altgriechisch)
103 Deutsche Gebärdensprache

104 Politik, Gesellschaft, Ökologie
104 Arbeit und Leben
107 Politik
110 Arbeitswelten in Dortmund und der Region
115 Geschichte
119 Philosophie
122 Was heißt hier behindert?
123 Ökologie
128 Astrophysik

131 Kunst, Kultur, Kreativität
131 Kunst, Kunstgeschichte, Architektur
138 Literatur
143 Musik
146 Tanz
151 Kulturwirtschaft
152 Künstlerisches Gestalten, Zeichnen
154 Malen
160 Töpfern, Keramik
161 Werken, Kunsthandwerk
163 Fotografie
169 Nähen, Textilgestaltung

174 Pädagogik und Psychologie
174 Persönlichkeitsentwicklung, Selbsterfahrung
177 Kommunikation und Konfliktlösung
179 Zusatzqualifikationen und Fortbildungen

180 Gesundheit
180 Medizinische und gesundheitspolitische Fragen
183 Ernährungsfragen und Gewichtsreduktion
183 Entspannung, Stressbewältigung und Meditation
188 Fernöstliche Entspannungsverfahren
193 Körperschulung und Bewegung
195 Körpererfahrung
197 Gymnastik und Fitness
201 Kochen und Ernährung

210 Fortbildung
210 Fortbildung für Dozent/innen

212 VHS in den Stadtbezirken

231 Zur Orientierung
231 Bildungsprämie und Bildungsscheck
232 vhs.leitbild/Barrierearme Weiterbildung
233 Stichwortregister
234 vhs.team
238 vhs.standorte
240 Entgeltordnung und Teilnahmebedingungen

Impressum:

Herausgeber: Volkshochschule Dortmund, Hansastraße 2–4, 44137 Dortmund, Tel.: 0231/50-2 47 27/28, Fax: 0231/50-2 24 31
Redaktion: Heinz Bünger (verantw.), Dieter Schütz
Titelgestaltung: jaegerdesign, Dortmund
Druck: Lensing-Druck, Dortmund

Das nächste Programmheft erscheint am 18. Juni 2015

vhs.info

So erreichen Sie uns

Postanschrift:
VHS Dortmund
Hansastr. 2–4
44137 Dortmund

Kunden-Telefon:
(0231) 50 - 2 47 27
Montag bis Freitag
7.00–18.00 Uhr

In den Schulferien:
Montag bis Freitag:
7.00–18.00 Uhr

Information zum Zahlungsverkehr:
(0231) 50 - 2 47 28

E-Mail:
vhs@dortmund.de

Fax:
(0231) 50 - 2 24 31

Internet:
www.vhs.dortmund.de

Öffentliche Verkehrsmittel:
Haltestellen Kampstraße, Reinoldikirche oder Hauptbahnhof.

Mit dem PKW:
Mit der vhs-Kundenkarte ermäßigt im CineStar-Parkhaus, Steinstraße.
Parkhäuser Freistuhl, Burgtor, Kuckelke, Bissenkamp und Königswall.

Kassenöffnungszeiten
Montag–Donnerstag: 10.00–17.00 Uhr
Freitag: 10.00–12.00 Uhr

Beratung
Persönlich beraten werden Sie innerhalb der ausgewiesenen Beratungszeiten und nach Vereinbarung. Die Rufnummern der Programmbereiche finden Sie auf den entsprechenden Seiten in diesem Programm.
Nutzen Sie für allgemeine Auskünfte unsere Kunden-Telefon:
(0231) 50 - 2 47 27

Sprachenberatung
Mehr Informationen erhalten Sie in diesem Programmheft auf der Seite 48.

Wer kann teilnehmen?
Alle, die 16 Jahre oder älter sind. Ausgenommen sind Angebote, die sich speziell an Kinder und Jugendliche wenden.

Anmeldungen
Melden Sie sich so früh wie möglich an – das sichert Ihnen einen Platz.
Bitte beachten Sie in jedem Fall die Ausführungen in unserer Entgeltordnung, die wir auf der letzten Seite abgedruckt haben.

Online-Anmeldung
Sie melden sich online an unter **www.vhs.dortmund.de**. Nach der Sendebestätigung erhalten Sie umgehend Ihre Anmeldebestätigung.

Anmeldekarte
Für die schriftliche Anmeldung finden Sie die Anmeldekarten im Heft. Sie können uns diese zusenden oder in der Hansastr. 2–4 abgeben.

Ermäßigung
Bitte legen Sie uns einen entsprechenden Nachweis per E-Mail oder Kopie **mit der Anmeldung vor!**
- 25% Ermäßigung für Studierende, Schüler und Schülerinnen, Auszubildende, Praktikanten, Ableistende des Bundesfreiwilligendienstes oder Sozialjahres oder Au-Pair.
- 50% Ermäßigung für Inhaber und Inhaberinnen des Dortmund-Passes.

Persönliche Anmeldung
Persönlich können Sie sich innerhalb unserer Kassenöffnungszeiten anmelden.

Anmeldebestätigung
Sie erhalten eine Anmeldebestätigung per E-Mail oder auf dem Postweg. Kann Ihre Anmeldung nicht mehr berücksichtigt werden, weil die gewünschte Veranstaltung bereits ausgebucht ist, erhalten Sie von uns schriftlich oder telefonisch Nachricht.

Anmeldefristen
Grundsätzlich müssen Sie sich vor Beginn einer Veranstaltung anmelden. Abweichende Regelungen sind bei der jeweiligen Veranstaltung angegeben. Für Kompaktveranstaltungen nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz („Bildungsurlaub") müssen Sie Ihrem Arbeitgeber spätestens 6 Wochen vorher eine Anmeldebestätigung vorlegen.

Bezahlung
Zahlen Sie bequem per Rechnung nach Veranstaltungsbeginn.
Per Bar- oder ec cash-Zahlung können Sie sich zu den angegebenen Kassenöffnungszeiten in der Hansastr. 2-4 vor Veranstaltungsbeginn anmelden.

Geschenkgutscheine
Geschenkgutscheine können Sie während der Kassenöffnungszeiten oder unter **www.vhs.dortmund.de** erwerben. Auskunft unter (0231) 50 - 2 47 28.

Abmeldungen
sind nur schriftlich, per E-mail oder persönlich in der VHS, Hansastraße 2-4, möglich. Beachten Sie die Entgeltordnung und die Teilnahmebedingungen.

Veranstaltungstypen
Um Ihnen die größtmögliche Sicherheit zu geben, dass Ihre Veranstaltung durchgeführt wird, bieten wir unterschiedliche Veranstaltungstypen an:

Standardkurs: Kurs mit mindestens 10 TeilnehmerInnen (TN), der bei 5–9 Anmeldungen mit Einverständnis der TN in einen Kleingruppenkurs mit erhöhtem Entgelt je Unterrichtsstunde umgewandelt werden kann.

Kleingruppenkurs: Aus Gründen der Qualitätssicherung sind Kleingruppenkurse auf eine maximale Teilnehmerzahl (TN) von neun begrenzt. Diese Kurse sind im Programmheft als „Kleingruppenkurse" ausgewiesen.

Angebot mit Durchführungs-Garantie: Veranstaltung, die als Einmalveranstaltung (Kompaktveranstaltung, Tages- oder Wochenendseminar, Bildungsurlaub) oder als Kurs mit mindestens 5 TN bis zu einer festgesetzten Obergrenze durchgeführt wird. Eine Umwandlung dieser Veranstaltungen in einen Standardkurs ist nicht möglich. Diese Veranstaltungen sind im Programmheft durch ein **„D"** am Ende der Veranstaltungsnummer gekennzeichnet. Beispiel: 151-32209**D**

Veranstaltungen in den Stadtteilen
Unsere Veranstaltungen finden außer im Stadtzentrum an über 80 Unterrichtsorten im Stadtgebiet statt. Diese haben wir ab der Seite 212 pro Stadtbezirk von Aplerbeck bis Scharnhorst zusammengefasst.

Qualitätsmanagement an der VHS
Die VHS Dortmund arbeitet mit einem umfassenden Qualitätsmanagement-System auf Grundlage der DIN-Norm 29990, welche speziell für Weiterbildungseinrichtungen entwickelt wurde.

Im Mittelpunkt stehen hierbei die Zufriedenheit der Teilnehmer/innen und das kundenorientierte Engagement der Mitarbeiter/innen und Dozent/innen.

VHS - Orientierungswoche

Die VHS Dortmund hält für Sie im Januar 2015 ein attraktives Geschenk bereit. Um möglichst vielen Teilnehmer/innen die Chance zu geben, unser umfangreiches Kursangebot näher kennen zu lernen, bieten wir Ihnen vom 19. bis 22. Januar 2015 (Montag bis Donnerstag, 17.00 Uhr bis 21.00 Uhr) für ausgewählte Kurse in der Hansastr. 2-4 eine kostenlose Orientierungsmöglichkeit an.

Sie erhalten bei jedem Kursbesuch einen Gutschein für einen Cocktail (mit oder ohne Alkohol). Vor und nach dem Kursbesuch können Sie sich im Raum L102 (1. Etage) kostenlos beraten lassen. Speziell für den Sprachenbereich stehen Ihnen unsere Sprachenberaterinnen von 17.00 bis 21.00 Uhr mit Einstufungstests und persönlichen Beratungsgesprächen zur Verfügung.

Langjährige Erfahrungen zeigen: Wer als Interessent/in mit Vorkenntnissen vor Kursbeginn die Sprachenberatung in Anspruch nimmt, findet den Kurs, der auch zum eigenen Sprachniveau passt. Die Beratung hilft dabei, nicht den ersten Kurs, sondern den besten Kurs zu wählen!

Informieren Sie sich in unserem Programmheft oder auf unserer Homepage, besuchen Sie kostenlos die Veranstaltung Ihrer Wahl und profitieren Sie von unserem detaillierten Angebot! Nutzen Sie diese Gelegenheit auch mehrfach, um kurz vor Kursbeginn in viele Sparten unseres Programms einzutauchen!
Unser detailliertes Orientierungsangebot, von dem nicht nur neue Kund/innen, sondern auch langjährig Teilnehmende profitieren, finden Sie unter: www.vhs.dortmund.de

Ihr VHS-Team freut sich auf Sie und wünscht Ihnen bis dahin eine gute Zeit.

VHS - Nacht der Weiterbildung

Am **Donnerstag, 22. Januar 2015**, bieten wir Ihnen im Rahmen unserer Orientierungswoche ein besonderes kulturelles Highlight.

Erleben Sie die **„VHS – Nacht der Weiterbildung"**.
Der aus vielen VHS-Kursen bekannte Trommler **Hampar Sarafian** wird afrikanische Trommelwirbel erklingen lassen. Der Senegalese **Aladji Touré** begleitet ihn auf seiner Djembé genannten afrikanischen Bechertrommel.

Das Duo **Fadenlos** mit den Künstlern Hannes Busch und Laura Gebauer begeistert mit Gitarre, Klarinette, Akkordeon und lyrischem Gesang Die beiden Künstler nehmen Sie mit auf eine Reise durch archaische sowie moderne Klangwelten und laden zum Träumen, Lieben oder Weinen ein.

Die von unserem Cocktailmixer servierten Cocktails mit und ohne Alkohol und ein internationales Fingerfood-Büffet versprechen einen gelungenen Abend.

Beginn: Donnerstag, 22. Januar 2015, 19.30 Uhr, Eintritt frei!

Zum Abschluss der Orientierungswoche veranstaltet die VHS einen „Tag der Fotografie" im Creativzentrum in Dorstfeld, Oberbank 1.

Am Samstag, den 24.01.15 werden von 11.00 bis 14.30 Uhr die Türen geöffnet. Schauen Sie sich unsere Räumlichkeiten an. In Vorträgen und Präsentationen erhalten Einsteiger und Fortgeschrittene Gelegenheit, neue Themen, Entwicklungen und Dozentinnen und Dozenten kennen zu lernen.
Tauschen Sie sich mit Gleichgesinnten aus.

Über folgende Angebote wird informiert:

Light-Painting und Nachtfotografie (Jens Ackermann)

Der Ton zum Bild (Marion Ahrens)

Bildbearbeitung (Michael Albers)

Konzeptionelle Fotografie (Marcus Düdder)

Offene Fotowerkstatt (Gisbert Gerhard)

Imagefilm und Handyfilme (Jens Jakob)

Filmen und Schneiden (Nevzat Kerman)

Light-Painting und Nachtfotografie, Handy-Fotografie, Flickr (Kamilla Lauter)

3 D Druck nicht nur für Fotografen (Alexander Lohberg)

Von der Fotografie zum Bild (Thomas Strenge)

Projektkurs Fotografie (Jörg Zimmer)

Der Fotodienstleister CEWE-Stiftung nimmt mit Fotobuch-Mustern und Fotobuchgutscheinen an dem Dortmunder Tag der Fotografie teil.

Der online-Dienst PIXUM aus Köln stellt sich ebenfalls mit Fotobuchgutscheinen vor.

Im Rahmen des Tages der Fotografie sind die Angebote entgeltfrei.

vhs.vortrag

Einige Einzelveranstaltungen können ohne Anmeldung besucht werden, alle anderen bedürfen der Anmeldung. Bitte informieren Sie sich auf der angegebenen Seite.

Januar	Titel	Veranst.-Nr.
12.01.15	Die Vogelwelt der Nordseeinsel Norderney	151-55400
12.01.15	Lesung am Montag	151-62404
15.01.15	Gaia – Revolution der Milchstraßen-Weltkarte	151-56050
17.01.15	Die Feldenkraismethode	151-85290D
19.01.15	Pilates Anfänger	151-86007
19.01.15	Pilates Fortgeschrittene	151-86008
19.01.15	Pilates Anfänger	151-86011
19.01.15	Callanetics	151-86012
19.01.15	Poetry jam – Das offene Lesepult	151-62420
19.01.15	Welcher Nähkurs passt zu mir?	151-76000
19.01.15	Programmieren in Java. Wie funktioniert der Einstieg?	151-28300D
19.01.15	App-Entwicklung (Vortrag)	151-28201D
20.01.15	Programmieren in Java. Wie funktioniert der Einstieg?	151-28301D
20.01.15	Smart Home: Vernetzung in der Unterhaltungselektronik	151-25170D
20.01.15	Philosophischer Gesprächskreis: Einführung in die Philosophie	151-53100
21.01.15	Modellbahn am PC – Einführung in das virtuelle Design (Vorstellung)	151-28452D
21.01.15	App-Entwicklung	151-28202D
21.01.15	Welcher Nähkurs passt zu mir?	151-76002
22.01.15	Blick zum Sternenhimmel – Messbare Eigenschaften von Sternen	151-56200
22.01.15	Die Cloud: Dropbox, Drive und Co	151-25152D
23.01.15	GYROKINESIS ®	151-85410D
24.01.15	Hanuman Fitness Yoga	151-84510D
24.01.15	Förderung und Finanzierung als Erfolgsfaktor im Gründungsprozess	151-20122D
26.01.15	Die schönsten Wildparks unserer Heimat	151-55402
27.01.15	Was ist Yoga?	151-84250D
27.01.15	Holocaust-Gedenktag	151-51000
28.01.15	Sind wir Sklaven unserer Gefühle? – Oder lassen sie sich beherrschen?	151-80239
29.01.15	Fotografische Bildgestaltung – Einführung	151-75084D
29.01.15	Blick ins kalte Universum – Geburtsorte von Sternen	151-56204
29.01.15	Fehlerhafte Anlageberatung: Regress und Strategien	151-23100
Februar		
02.02.15	Lesung am Montag	151-62406
02.02.15	Vitamin D3 – Ein unterschätztes Vitamin	151-82005
02.02.15	Sucht nach Zucker – Was kann ich tun?	151-82101
03.02.15	Die inneren Fesseln sprengen – Symbolarbeit nach Phyllis Krystal	151-80221
04.02.15	Der Cartesianismus als Geburt der modernen Philosophie?	151-53201
05.02.15	Juristische Fallstricke beim Bankkredit	151-23102
05.02.15	Sternhaufen – Konglomerate von Sternen	151-56208
06.02.15	Die Schlacht bei Waterloo	151-52200
08.02.15	Philosophie-Salon	151-53101
09.02.15	Vom Seewinkel bis zum Kis Balaton	151-55404
10.02.15	Selbstständig in der Kreativwirtschaft: KSK, Versicherungen, Steuern	151-70100
10.02.15	Kopfschmerzen ganzheitlich betrachtet	151-82209
10.02.15	Openstreetmap (OSM) 151-25131D	
11.02.15	AD(H)S/Verhaltensauffällige Kinder homöopathisch begleiten	151-82225
11.02.15	Künstlerpaare: Niki de Saint Phalle & Jean Tinguely – Liebe, Leben und Werk	151-60201
12.02.15	Riesen- und Zwergsterne – Entwicklungswege von Sternen	151-56212
16.02.15	Poetry jam – Das offene Lesepult	151-62422

Februar	Titel	Veranst.-Nr.
18.02.15	Deutschland – das Land der Schlaflosen	151-82007
19.02.15	Unser Stern – die Sonne und ihre Zukunft	151-56216
19.02.15	Allgemeines Erbrecht	151-23104
19.02.15	Warum tun Menschen so häufig Dinge, die ihrem Glück zuwiderlaufen?	151-53204
20.02.15	Geschichte und Archäologie der frühen Seefahrt im Mittelmeer	151-52400
21.02.15	Hanuman Fitness Yoga	151-84515D
22.02.15	Philosophie-Salon	151-53102
24.02.15	Churches, Cathedrals and Abbeys	151-32860
25.02.15	Grundkurs Süßwasseraquaristik	151-55302
25.02.15	Essen gegen das Vergessen	151-82011
25.02.15	Welche Rolle spielen Träume bei der Stressprävention?	151-83031
26.02.15	Neutronensterne – Kernkollaps massereicher Sterne	151-56220
26.02.15	Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung	151-23106
26.02.15	Lesung mit Musik - Paul Abraham	151-51002
26.02.15	Der Aufbruch ins Fiktionale	151-52106
27.02.15	Entgiften und Entschlacken in den Wechseljahren	151-82307
28.02.15	Die große „Napoleon in Ägypten"-Matinee	151-52100
März		
01.03.15	Qi Gong	151-84238D
02.03.15	Die Nibelungen - Auf den Spuren von Siegfried & Co.	151-52201
02.03.15	Lesung am Montag	151-62408
02.03.15	Das Geheimnis guter Fotos	151-75080D
03.03.15	Entgiften mit Schüssler-Salzen	151-82213
03.03.15	Staatsgalerie Stuttgart: Oskar Schlemmer – Visionen einer neuen Welt	151-60400
03.03.15	Zkizzen zum autoritären Charakter des Kaiserreichs bis zum „Gotteskrieger" der Gegenwart.	151-52202
03.03.15	Die Klassische Homöopathie	151-82223
03.03.15	Iss dich fit!	151-87424D
04.03.15	Die autobiographischen Schriften des Jean-Jacques Rousseau	151-53205
04.03.15	Schön gestaltete Süßwasseraquarien	151-55304
05.03.15	Ostfriesland und die Inseln	151-55406
05.03.15	Stellare Schwarze Löcher – Endphase sehr massereicher Sterne	151-56224
07.03.15	Beaches, old buildings and beautiful landscape	151-32862
08.03.15	Philosophie-Salon	151-53103
10.03.15	Eine Reise durchs antike und heutige Jordanien	151-51300
10.03.15	Kunsthalle Bremen: Émile Bernard – Am Puls der Moderne	151-60401
10.03.15	„Warum Vegetarier keine Currywurst essen!"	151-80251
10.03.15	Honorare kalkulieren und verhandeln für Kreative	151-70110
10.03.15	Ludwig v. Beethoven: 9. Symphonie, d-Moll	151-64000
10.03.15	Iss dich fit!	151-87425D
11.03.15	Die Kunst authentisch zu sein	151-80225
11.03.15	Die Aufhebung des „Kunstbetrachters"– Partizipative und Interaktive Kunst gestern und heute	151-60203
11.03.15	Algen im Aquarium?	151-55306
12.03.15	Massive Schwarze Löcher – Zentrale Massenkonzentrationen in Galaxien	151-56228
12.03.15	Jeder auf seine ART: Wie man sich selbst und andere besser versteht	151-80323D
16.03.15	Poetry jam – Das offene Lesepult	151-62424

Einige Einzelveranstaltungen können ohne Anmeldung besucht werden, alle anderen bedürfen der Anmeldung. Bitte informieren Sie sich auf der angegebenen Seite.

März	Titel	Veranst.-Nr.
17.03.15	Städt. Galerie im Lenbachhaus, München: August Macke und Franz Marc.	151-60402
18.03.15	Grundkurs Meerwasseraquaristik	151-55308
19.03.15	Kosmischer Materiekreislauf – Supernovae und Sternkollisionen	151-56232
19.03.15	35. Dortmunder Bücherstreit zum Bücherfrühling 2015	151-62200
19.03.15	Welche Wirkung haben Klänge und Musik auf unseren Körper, Geist und Seele?	151-80329
19.03.15	Judenhass als Vermächtnis	151-51003
19.03.15	Die Anthropologie des „Komischen" – Vom Wesen und der befreienden Kraft des Humors.	151-53206
19.03.15	Kommunikation mit Demenzkranken	151-82015
20.03.15	Die Phönizier	151-52401
22.03.15	Philosophie-Salon	151-53104
23.03.15	Von der Alchemie zur professionellen Begleitung und Beratung	151-81407
24.03.15	Allergie in der Naturheilkunde	151-82215
24.03.15	Kunsthalle Mannheim: Der doppelte Kirchner. Die zwei Seiten der Leinwand	151-60403
25.03.15	Sternstunden der Malerei: Nicolas Poussins „Im Reich der Flora" von 1630	151-60204
25.03.15	Die Ukraine und Russland – der aktuelle Konflikt in historischer Perspektive	151-51050
25.03.15	Leiden in Stein – das Mahnmal Bittermark	151-51100
26.03.15	Prof. Dr. Thomas Kaufmann „Luthers Juden"	151-51004
26.03.15	Blick ins frühe Universum – Sterne der ersten Generation	151-56236
April		
14.04.15	Ayurvedische Gesichtsmassage	151-83517D
14.04.15	Die Schilddrüse ganzheitlich behandeln	151-82217
14.04.15	Ausflugsziele in NRW	151-51304
14.04.15	Suffragetten auf dem Mond! Das frühe Kino als Spiegel von Zeitgeist und Gesellschaft zwischen 1895 und 1914.	151-52204
15.04.15	Die politische Theorie des Charles de Secondat, Baron de Montesquieu	151-53207
15.04.15	Blick in die Kreativwerkstadt – Peter Dahmen	151-70006
15.04.15	Sternstunden der Malerei: Rembrandts „Anatomie des Dr. Tulp" von 1632	151-60206
16.04.15	ImproART: Theaterspielen macht „selbst bewußt"	151-80325D
17.04.15	Abraham Lincoln	151-52205
17.04.15	GYROKINESIS ®	151-85412D
19.04.15	Philosophie-Salon	151-53105
20.04.15	Wie man Gelassenheit erreichen und genießen kann	151-53208
21.04.15	Die „reißende Zeit" in der dichterischen Sprache Hölderlins	151-53209
21.04.15	Jüdische Medizinethik	151-51005
22.04.15	Ein Jahr nach dem Umbruch: Die Ukraine zwischen der EU und Russland	151-51052
22.04.15	Rücken stärken und emotionale Durchhänger abwehren	151-82013
22.04.15	„Ich habe vor nichts Angst!"...	151-80223
23.04.15	Der vergessene Weltrekord: Das größte Stahlgussstück der Welt	151-52304
23.04.15	Weltbild der Bronzezeit – Die Himmelsscheibe von Nebra	151-56240
24.04.15	Tartessos: Mythos und Realität	151-52402
27.04.15	Stress beginnt im Kopf – Gelassenheit auch	151-83025
27.04.15	Eine Wiederverzauberung unserer Welt ist notwendig!	151-53210
28.04.15	Kuba – Rum, Rhythmus und Revolution	151-51302

April	Titel	Veranst.-Nr.
28.04.15	Gewürzheilkunde	151-82221
29.04.15	1915 – Aufbruch, Avantgarde, Abstraktion – 100 Jahre Russischer Konstruktivismus	151-60207
30.04.15	Leib-Seele Problem und seine Bedeutung für die Lebenspraxis	151-53211
Mai		
04.05.15	Resonanz statt Wachstum	151-53212
04.05.15	Lesung am Montag	151-62410
05.05.15	Nietzsche bis 1872: der „dionysische Geist der Musik und der Tragödie	151-53300
05.05.15	Zeitgeist und Politik zwischen Kriegsende, Wirtschaftswunder und Rock´n´Roll.	151-52207
06.05.15	Islam, Islamismus und die Medien	151-51054
24.04.15	Krimilesung	151-62400D
07.05.15	Atlantis – Insel ohne Namen	151-52109
08.05.15	Das „Neue Frankfurt" und das Wohnen der Zwanziger Jahre	151-60208
09.05.15	Tocca a te	151-37418D
10.05.15	Philosophie-Salon	151-53106
11.05.15	Epikur – Modell für den Weg in die Sanatoriumsgesellschaft?	151-53213
12.05.15	Nietzsche von 1872 –1880: eine „Loslösung"	151-53301
12.05.15	Britain and the EU in a historical context	151-34040D
12.05.15	Marketing für Künstler, Designer& Publizisten	151-70120
12.05.15	Wie man es mühelos schaffst, sich das Leben nicht schwerer zu machen als nötig!	151-80317
12.05.15	Bioelektronische Funktionsdiagnose	151-82227
17.05.15	Heil- und Wildkräuterkunde	151-82219D
18.05.15	Poetry jam – Das offene Lesepult	151-62426
19.05.15	Current British politics	151-34042D
19.05.15	Verbal-Antisemitismus in Deutschland	151-51006
19.05.15	Nietzsche von 1880–1885: die Freude Zarathustras	151-53302
20.05.15	Politische Kultur und Ideengeschichte arabisch-islamischer Gesellschaften	151-51056
20.05.15	Blick in die Kreativwerkstadt – Udo Unkel	151-70008
22.05.15	Die National Gallery in London	151-60209
22.05.15	Who ist who in der griechischen Götterwelt	151-52209
31.05.15	Philosophie-Salon	151-53107
Juni		
01.06.15	Untersterblichkeit ist nicht unmöglich!	151-53216
02.06.15	Nietzsche von 1885 bis 1887: Philosophie „Jenseits von Gut und Böse"	151-53303
02.06.15	Einführung in den Babylonischen Talmud – in das Geheimnis der jüdischen Lernme	151-51008
05.06.15	William Wallace – der Schottische Nationalheld	151-52210
05.06.15	Cranach und Luther	151-60210
09.06.15	Nietzsche 1887–88: der europäische Nihilismus und der „Wille zur Macht"	151-53304
10.06.15	Die Berge des Ruhrgebiets	151-60212
11.06.15	Gesundes Trinkwasser?!	151-82003
14.06.15	Philosophie-Salon	151-53108
16.06.15	Ein deutscher Mythos im Spiegel der Geschichte von 1848 bis 1945.	151-52211
16.06.15	Nietzsche 1888/89 –1900: „Dionysos gegen den Gekreuzigten" und der geistige Zusammenbruch	151-53305
16.06.15	Public opinion and Referendum	151-34044D
23.06.15	Wer ist schuld? Philosophischer Vortrag zu Dostojewskijs „Die Brüder	151-53221
26.06.15	Kräuterexkursion im Westfalenpark	151-55240
28.06.15	Philosophie-Salon	151-53109
August		
07.08.15	Atombomben auf Hiroshima und Nagasaki	151-52213

vhs.bildungsurlaub

Bildungsurlaubsveranstaltungen nach Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)

Sie möchten für die Teilnahme an einem Bildungsurlaub eine bezahlte Freistellung von der Arbeit (max. 5 Tage) beantragen? Dann müssen Sie spätestens 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn ihrem Arbeitgeber die Anmeldeunterlagen der VHS vorlegen!

Januar	Titel	Veranst.-Nr.	Preis
05.01.–09.01.15	Türkisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-40101D	150,00 Euro
12.01.–16.01.15	Türkisch für Fortgeschrittene mit Vorkenntnissen	151-40107D	150,00 Euro
12.01.–16.01.15	Spanisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-38050D	150,00 Euro
12.01.–16.01.15	Niederländisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	150,00 Euro	176,00 Euro
12.01.–16.01.15	EDV-Grundlagen: Einführung in die Bedienung eines PC	151-25011D	198,00 Euro
12.01.–16.01.15	Einführung in die Office-Programme Word und Excel	151-26008D	198,00 Euro
12.01.–16.01.15	Einführung in die MS-Office-Programme Outlook und Powerpoint	151-26550D	132,00 Euro
12.01.–16.01.15	Grundlagen der Präsentationstechnik mit Microsoft Powerpoint	151-26620D	198,00 Euro
19.01.–23.01.15	Excel: Einführung in die Tabellenkalkulation	151-26304D	198,00 Euro
19.01.–23.01.15	EDV-Grundlagen: Einführung in die Bedienung eines PC	151-25010D	198,00 Euro
19.01.–23.01.15	Adobe Illustrator kompakt	151-27340D	198,00 Euro
19.01.–23.01.15	Videobearbeitung mit Premiere Elements	151-27603D	198,00 Euro
19.01.–22.01.15	vertragen statt verklagen – Mediationstechniken im Beruf nutzen	151-14228D	176,00 Euro
19.01.–23.01.15	Visual-Basic	151-28312D	198,00 Euro
19.01.–23.01.15	Englisch Niveaustufe A2.1	151-32500D	150,00 Euro
19.01.–23.01.15	Niveaustufe B1.1 – Refresher Course	151-33100D	150,00 Euro
21.01.–23.01.15	Zeitmanagement	151-14440D	144,50 Euro
26.01.–30.01.15	Projektmanagement kompakt	151-14420D	220,00 Euro
12.01.–16.01.15	Adobe Photoshop kompakt	151-27110D	198,00 Euro
26.01.–30.01.15	Java	151-28313D	198,00 Euro
26.01.–30.01.15	Android-App Programmierung	151-28212D	198,00 Euro
Februar			
09.02.–13.02.15	DGS 1 – Intensivwoche	151-44106D	150,00 Euro
09.02.–13.02.15	Persönlichkeitstypen im Beruf – Kontakt, Kommunikation, Umgang	151-14218D	220,00 Euro
09.02.–13.02.15	Moderation und Konfliktklärung in Gruppen	151-14442D	245,00 Euro
23.02.–27.02.15	Projektmanagement kompakt	151-14422D	220,00 Euro
23.02.–26.02.15	Was können wir von Alexander dem Großen bis Nelson Mandela über Führungsprinzipien lernen?	151-14230D	176,00 Euro
März			
04.03.–06.03.15	Starterpaket zur Systemischen Beratung	151-81401D	160,00 Euro
09.03.–13.03.15	DGS 2	151-44202D	150,00 Euro
16.03.–20.03.15	Persönlichkeitstypen im Beruf – Kontakt, Kommunikation, Umgang	151-14220D	220,00 Euro
16.03.–20.03.15	Warum Ihr Unternehmen Sie mögen sollte – Persönliche Präsenz im Beruf	151-14222D	176,00 Euro
23.03.–27.03.15	NLP für Beruf und Alltag	151-81403D	220,00 Euro
23.03.–25.03.15	Gelassen und sicher im Stress	151-83001D	120,00 Euro
30.03.–02.04.15	Türkisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-40103D	120,00 Euro
30.03.–02.04.15	Französisch mit Vorkenntnissen (A2-Niveau)	151-36408D	150,00 Euro
30.03.–02.04.15	Spanisch für Anfänger/Innen mit geringen Vorkenntnissen (A1.2 Niveau)	151-38240D	150,00 Euro
April			
07.04.–10.04.15	Türkisch für Fortgeschrittene mit Vorkenntnissen – Intensivwoche	151-40109D	120,00 Euro
13.04.–15.04.15	Englisch for Journalists (A2.3)	151-35280D	90,00 Euro
13.04.–17.04.15	Fit fürs Büro. Schwerpunkt Word	151-26200D	198,00 Euro
13.04.–17.04.15	Adobe Photoshop kompakt	151-27112D	198,00 Euro
13.04.–17.04.15	Joomla	151-28111D	198,00 Euro
13.04.–17.04.15	Grundlagen der Präsentationstechnik mit Microsoft POWERPOINT	151-26622D	220,00 Euro
20.04.–24.04.15	AutoCAD kompakt	151-29030D	198,00 Euro
27.04.–30.04.15	Excel spezial: VBA Programmierung für Excel	151-26329D	198,00 Euro
27.04.–30.04.15	Stressprophylaxe, Konzentrationstraining & Selbstmanagement	151-83003D	160,00 Euro
Mai			
04.05.–06.05.15	Durch Stressmanagement gesund & leistungsfähig bleiben	151-83005D	105,00 Euro
04.05.–06.05.15	Hamburg „Hafen, Handel und Wandel"	151-50130	349,00 Euro
04.05.–08.05.15	InDesign kompakt	151-27430D	176,00 Euro
04.05.–08.05.15	Einführung in die Office-Programme Word und Excel	151-26004D	198,00 Euro
04.05.–08.05.15	Gewaltfreie Kommunikation nach Marshal Rosenberg	151-14308D	220,00 Euro
08.05.–12.05.15	Teamer- und Multiplikatorenschulung	151-50132	98,00 Euro
18.05.–22.05.15	Einführung in die Videobearbeitung mit Premiere Elements	151-27601D	198,00 Euro
18.05.–22.05.15	Excel: Einführung in die Tabellenkalkulation	151-26314D	198,00 Euro
18.05.–22.05.15	Die Datenbanksprache SQL	151-26700D	198,00 Euro
Juni			
08.06.–12.06.15	Adobe Photoshop kompakt	151-27111D	198,00 Euro
08.06.–12.06.15	Dreamweaver	151-28050D	198,00 Euro
08.06.–12.06.15	AutoCAD kompakt	151-29031D	198,00 Euro
15.06.–19.06.15	Französisch ohne Vorkenntnisse	151-36080D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Französisch mit geringen Vorkenntnissen (A1.2 -Niveau)	151-36212D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Türkisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-40105D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Spanisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-38052D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Spanisch für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen	151-38242D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Spanisch für Anfänger/innen mit guten Vorkenntnissen	151-38462D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Französisch mit Vorkenntnissen (B1-Niveau)	151-36700D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Italienisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-37060D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Reden und Verhandeln kompakt	151-14214D	245,00 Euro

Juni	Titel	Veranst.-Nr.	Preis
15.06.–19.06.15	Erfolg beginnt mit im Kopf: NLP	151-14510D	220,00 Euro
15.06.–19.06.15	Einführung in die Bedienung eines PC	151-25004D	198,00 Euro
15.06.–26.06.15	Kompaktkurs DGS 1 – DGS 2	151-44108D	290,00 Euro
15.06.–19.06.15	Portugiesisch von Anfang an	151-40202D	150,00 Euro
15.06.–19.06.15	Russisch von Anfang an	151-41404D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Russisch für Fortgeschrittene	151-41416D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Polnisch von Anfang an	151-41306D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Bulgarisch von Anfang an	151-41102D	150,00 Euro
22.06.–24.06.15	Neue Perspektiven mit dem KulturKanal?	151-51254	30,00 Euro
22.06.–26.06.15	Effektive Methoden im Stressmanagement	151-83007D	120,00 Euro
22.06.–26.06.15	Italienisch für Anfänger/Innen mit Vorkenntnissen	151-37208D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Lateinamerika-Woche	151-38464D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Niederländisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-39305D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Norwegisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	151-39403D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Türkisch für Fortgeschrittene mit Vorkenntnissen	151-40111D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Business Communication	151-35281D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Englisch Refresher Course	151-33101D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Refresher Course Upper Intermediate	151-34000D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Englisch Niveaustufe A2.1	151-32501D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Inventor CAD-3D Grundkurs	151-29100D	198,00 Euro
22.06.–26.06.15	Englisch für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse	151-32100D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Englisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen	151-32200D	150,00 Euro
22.06.–26.06.15	Englisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen	151-32300D	150,00 Euro
29.06.–03.07.15	Englisch nach der PDL-Methode (A2.3)	151-32854D	150,00 Euro
30.06.–03.07.15	Stressabbau im Berufsalltag mit Qi Gong	151-84025D	165,00 Euro
Juli			
06.07.–09.07.15	Stressabbau durch Yoga – für Arbeit und Beruf	152-84020D	165,00 Euro
06.07.–10.07.15	Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?	151-81405D	220,00 Euro
13.07.–17.07.15	DGS 3 151-44304D 150,00 Euro		
27.07.–31.07.15	Japanisch für Anfänger/innen 151-42404D 150,00 Euro		
August			
10.08.–14.08.15	Arabisch für Anfänger/innen	151-42100D	150,00 Euro
17.08.–21.08.15	Arabisch für Anfänger mit Vorkenntnissen	151-42106D	150,00 Euro
17.08.–21.08.15	InDesign kompakt	152-27430D	176,00 Euro
17.08.–21.08.15	Webdesign mit HTML und CSS	152-28010D	198,00 Euro
September			
21.09.–25.09.15	Stressprophylaxe, Konzentrationstraining, Selbstmanagement		

Januar		Februar		März		April		Mai		Juni		Juli		August	
Do 1	Neujahr	So 1		So 1		Mi 1		Fr 1	Tag der Arbeit	Mo 1		Mi 1		Sa 1	
Fr 2		Mo 2		Mo 2		Do 2		Sa 2		Di 2		Do 2		So 2	
Sa 3		Di 3		Di 3		Fr 3	Karfreitag	So 3		Mi 3		Fr 3		Mo 3	
So 4		Mi 4		Mi 4		Sa 4		Mo 4		Do 4	Fronleichnam	Sa 4		Di 4	
Mo 5		Do 5		Do 5		So 5	Ostern	Di 5		Fr 5		So 5		Mi 5	
Di 6		Fr 6		Fr 6		Mo 6	Ostermontag	Mi 6		Sa 6		Mo 6		Do 6	
Mi 7		Sa 7		Sa 7		Di 7		Do 7		So 7		Di 7		Fr 7	
Do 8		So 8		So 8		Mi 8		Fr 8		Mo 8		Mi 8		Sa 8	
Fr 9		Mo 9		Mo 9		Do 9		Sa 9		Di 9		Do 9		So 9	
Sa 10		Di 10		Di 10		Fr 10		So 10		Mi 10		Fr 10		Mo 10	
So 11		Mi 11		Mi 11		Sa 11		Mo 11		Do 11		Sa 11		Di 11	
Mo 12		Do 12		Do 12		So 12		Di 12		Fr 12		So 12		Mi 12	
Di 13		Fr 13		Fr 13		Mo 13		Mi 13		Sa 13		Mo 13		Do 13	
Mi 14		Sa 14		Sa 14		Di 14		Do 14	Himmelfahrt	So 14		Di 14		Fr 14	
Do 15		So 15		So 15		Mi 15		Fr 15		Mo 15		Mi 15		Sa 15	
Fr 16		Mo 16	Rosenmontag	Mo 16		Do 16		Sa 16		Di 16		Do 16		So 16	
Sa 17		Di 17		Di 17		Fr 17		So 17		Mi 17		Fr 17		Mo 17	
So 18		Mi 18		Mi 18		Sa 18		Mo 18		Do 18		Sa 18		Di 18	
Mo 19		Do 19		Do 19		So 19		Di 19		Fr 19		So 19		Mi 19	
Di 20		Fr 20		Fr 20		Mo 20		Mi 20		Sa 20		Mo 20		Do 20	
Mi 21		Sa 21		Sa 21		Di 21		Do 21		So 21		Di 21		Fr 21	
Do 22		So 22		So 22		Mi 22		Fr 22		Mo 22		Mi 22		Sa 22	
Fr 23		Mo 23		Mo 23		Do 23		Sa 23		Di 23		Do 23		So 23	
Sa 24		Di 24		Di 24		Fr 24		So 24	Pfingsten	Mi 24		Fr 24		Mo 24	
So 25		Mi 25		Mi 25		Sa 25		Mo 25	Pfingsten	Do 25		Sa 25		Di 25	
Mo 26		Do 26		Do 26		So 26		Di 26		Fr 26		So 26		Mi 26	
Di 27		Fr 27		Fr 27		Mo 27		Mi 27		Sa 27		Mo 27		Do 27	
Mi 28		Sa 28		Sa 28		Di 28		Do 28		So 28		Di 28		Fr 28	
Do 29				So 29		Mi 29		Fr 29		Mo 29		Mi 29		Sa 29	
Fr 30				Mo 30		Do 30		Sa 30		Di 30		Do 30		So 30	
Sa 31				Di 31				So 31				Fr 31		Mo 31	

An diesen Tagen finden in der VHS Dortmund keine Veranstaltungen statt.

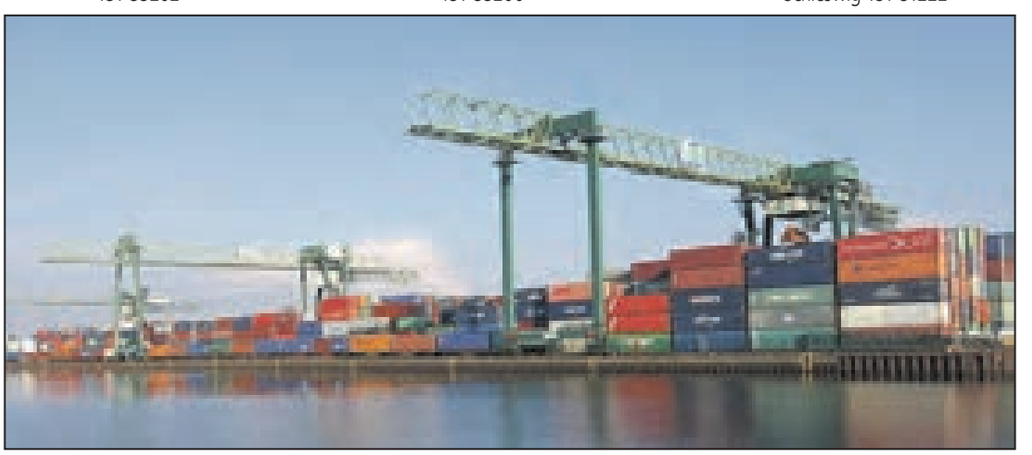
Unterrichtsfreie Feiertage: 3. April: **Karfreitag** – 5. - 6. April: **Ostern** – 1. Mai: **Tag der Arbeit** – 14. Mai: **Christi Himmelfahrt** 24. -25. Mai **Pfingsten** – 4. Juni: **Fronleichnam**

Ferientermine: Osterferien: 30. März - 11. April – **Sommerferien:** 29. Juni - 11. August

vhs.exkursion

11.01.15 Beobachtungen nordischer Gänse am Niederrhein 151-55226
04.02.15 Von der Brauerei zum Einkaufszentrum – Die Thier-Galerie 151-51210
10.02.15 Das DFB-Fußballmuseum 151-51228
10.02.15 Radio 91.2 erleben! 151-51236
20.02.15 Das Museum Abteiberg in Mönchengladbach 151-60300
07.03.15 Die Glocken von Gescher 151-60301
14.03.15 Bergwerk Graf Wittekind – Eine Zeitreise in den vorindustriellen Bergbau auf Steinkohle 151-52302
16.03.15 Auf in die Backstube 151-55022
17.03.15 Stadtgang Jüdisches Leben gestern & heute 151-51238
21.03.15 Das Arp Museum Bahnhof Rolandseck 151-60303
21.03.15 Konsumkritischer Stadtrundgang 151-55024
23.03.15 Frauen entdecken ihre Stadt - (Bauern)-Höfe in Dortmund (5 Termine) 151-51240
29.03.15 Der Südwestfriedhof als Lebensraum für Vögel 151-55220
31.03.15 Von der Straße auf die Schiene: Die Baustelle der KV-Anlage 151-51212

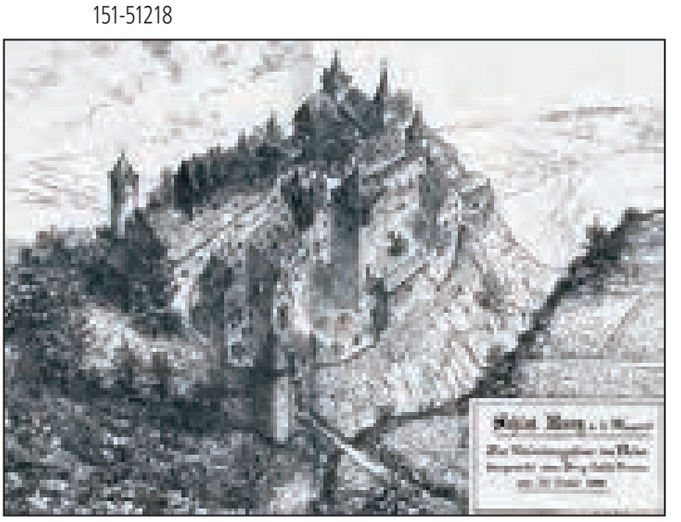
08.04.15 Die DSW21 Leitwarte Stadtgarten für Bus und Bahn 151-51214
09.04.15 Wanderung durch den größten Kanalhafen Europas! 151-51234
19.04.15 Die geheimen Waldkünstler 151-55202



19.04.15 Westfälische Juden und ihre Nachbarn – eine Ausstellung des Jüdischen Museums Westfalen in Dorsten 151-52500
22.04.15 Bulgarische Ikonen aus dem Archäologischen Museum von Varna im Ikonen-Museum in Recklinghausen 151-60302
24.04.15 Naturnahe Umgestaltung: Die Deponie Westfalenhütte 151-51216
25.04.15 Duisburg: Hafenrundfahrt und Museumsbesuch 151-51250
25.04.15 Der Fuchs unser heimlicher Nachbar 151-55204
25.04.15 Kleine Hafen-Fahrradtour 151-51232
25.04.15 Jugendstil in Brüssel: Die königlichen Gewächshäuser und Victor Horta 151-60304
01.05.15 Die großen Maler des „Goldenen Zeitalters" der Niederlande: Frans Hals in Haarlem, Vermeer in Delft und Den Haag, Rembrandt in Amsterdam 151-60540

01.05.15 Vogelstimmenexkursion im Rombergpark 151-55222
09.05.15 Der Hindutempel in Hamm-Vortrag und Exkursion 151-51252
09.05.15 Romantisches Deutschland: Celle 151-60305
09.05.15 A Day at the Zoo: Englischreicher Ausflug für Groß und Klein 151-32420
09.05.15 Erneuerbare Energien selber nutzen 151-55026
13.05.15 Abenteuer Wald: Eine Nacht bei den Wildschweinen 151-55212
14.05.15 Nachtigallengesang bei Gut Königsmühle 151-55224
17.05.15 Auf Entdeckungstour im Wannebachtal 151-55230
17.05.15 Heil- und Wildkräuterkunde 151-82219D
23.05.15 Naturforscherpass Pflanzen - Malen mit Planzenfarben 151-55200
27.05.15 Exkursion auf einen Spargel-Bauernhof 151-55020
30.05.15 Burg Anholt und Kleve 151-60306
30.05.15 Naturforscherpass „Natur erleben" – Werken im Wald 151-55208
30.05.15 Wildnistraining mit Papa! Eine Nacht draußen leben wie unsere Vorfahren ... 151-55214
09.06.15 Baustelle: Der Umbau des Museums für Naturkunde 151-51218

12.06.15 Der Dortmunder Großmarkt–Handel mit Tradition 15151226
13.06.15 Vincent Van Gogh im Kröller-Müller Museum „125 Jahren Inspiration" 151-60307
13.06.15 Interkulturelle Fahrradtour durch Dortmund 151-51242
14.06.15 Zu den Flamingos nach Zwillbrock 151-55228
15.06.15 Umbau Emschersystem – Baustelle Abwasserkanal Escher 151-51230
18.06.15 Umbau der Stadtbahnanlage Hauptbahnhof 151-51224
20.06.15 Das neue LWL-Museum für Kunst und Kultur in Münster 151-60308
22.06.15 Baustelle Stadtbahn U47: Untertunnelung der B1 in Aplerbeck 151-51220
26.06.15 Kräuterexkursion im Westfalenpark 151-55240
03.07.15 Die Umgestaltung der Halde Schleswig 151-51222
04.07.15 Romantisches Deutschland: Schloss Burg und der Alten berger Dom 151-60309
04.07.15 Wir mixen einen Zaubertrank auf dem Feuer 151-55210
03.08.15 Kräuterwanderung 151-55234
06.08.15 Kochkurs mit Wildkräutern auf dem Feuer 151-55232



Sprachen-Flatrate an unserer VHS

Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen:

In den Sprachen Französisch, Italienisch und Spanisch – jetzt auch für Englisch

Flatrate-Ticket Englisch

Nach dem Erfolg der Sprachen-Flatrate für die Sprachen Französisch, Spanisch und Italienisch gibt es ab Januar 2015 eine eigene Flatrate für ausgewählte Veranstaltungen aus dem Programmbereich Englisch.
Da immer mehr Teilnehmende in Sprachkursen den Wunsch nach flexiblerer Kursteilnahme äußern, wird die VHS für ausgewählte Kurse aus dem Programmbereich Englisch ein Flatrate-Ticket anbieten.
Mit diesem Ticket lernen Sie Englisch, wann, wo und wie oft Sie wollen.

Veranstaltung 151-32000

Flatrate-Ticket Französisch Italienisch Spanisch

Nach dem Erfolg der Sprachen-Flatrate im Herbst 2014 wird dieses Angebot im Januar 2015 fortgesetzt.
Da immer mehr Teilnehmende in Sprachkursen den Wunsch nach flexiblerer Kursteilnahme äußern, wird die VHS für ausgewählte Kurse in den Sprachen Französisch, Spanisch und Italienisch ein Flatrate-Ticket anbieten.

Veranstaltung 151-36000

Alles ist möglich:

- immer in der gleichen Gruppe oder jedes Mal in einem anderen Kurs
- Start zu Beginn des Semesters oder später, Sie haben die Wahl!
- Auswahl aus 34 **Englisch**-Kursen und
  45 **Französisch Italienisch Spanisch**-Kursen

Wie funktioniert die Flatrate ?

Bitte melden Sie sich unter der entsprechenden Veranstaltungnummer an.
Sie erwerben je ein Sprachen-Flatrate-Ticket zum Preis von 199,00 Euro und können so alle Flatrate Veranstaltungen im Programmbereich **Englisch** (**151-32000**) oder in den Programmbereichen **Französisch, Italienisch, Spanisch** (**151-36000**) ohne Anmeldung besuchen.

Sie erhalten von uns umgehend eine Rechnung.
Nach Bezahlung der Rechnung wird Ihnen das Ticket zugeschickt.

Bringen Sie das Ticket zu Ihrem Kursbesuch mit und genießen Sie Ihre Flexibilität!

Fotonachweise

Nullplus/istockphoto.com Titelfoto
Juanmonino/istockphoto.com Titelfoto
Peter Schaefer 2, 16, 17, 20, 21, 30, 32, 40, 41, 44, 47, 50, 55, 56, 57, 69, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 84, 85, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 94, 98, 102, 103, 104, 107, 115, 119, 122, 123, 128, 131, 138, 139, 143, 146, 155, 159, 160, 163, 169, 174, 180, 197, 201
Thorsten Bachner 8
Aluxum/istockphoto.com 9
Almagami/istockphoto.com 10
Adrian825/istockphoto.com 12
RTimages/istockphoto.com 13
Kallejipp/photocase.com 14
tetmc/istockphoto.com 15
mjunior/istockphoto.com 17
tashatuvango/istockphoto.com 18
buchachon/istockphoto.com 19
Rainer Vollmer 20
yveskier/istockphoto.com 21
ra2studio/istockphoto.com 22
BsWei/istockphoto.com 23
BrianAJackson/istockphoto.com 24
wildpixel/istockphoto.com 24
kurga/istockphoto.com 25
jock+scott//istockphoto.com 26
Ingalvanova/istockphoto.com 27
Iculig/istockphoto.com 27
PIKSEL/istockphoto.com 28
vadimguzhva/istockphoto.com 28
vschlichting/istockphoto.com 29
Ics813/istockphoto.com 32
Alphaspirit/istockphoto.com 33
Buchachon/istockphoto.com 34
Ouh_desire/istockphoto.com 36
leedsn/istockphoto.com 37
Andreypopov/istockphoto.com 38
mipan/istockphoto.com 39
twarlis/istockphoto.com 41
thebroker/istockphoto.com 42
antb2/istockphoto.com 43
Sabine Kieserling 48
DeluXe-PIX/istockphoto.com 51
mjbs/istockphoto.com 52
ayzek/istockphoto.com 53
catalby/istockphoto.com 53
pappamaart/istockphoto.com 54
Thorsten Bachner 55
Atakan/istockphoto.com 55
Kerstin Piel 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72
Dieter Schütz 83, 85, 86
prmustafa/istockphoto.com 91
Mapics/istockphoto.com 93
Darek Kalytta 95
Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit Dortmund 107, 108, 109
AlKane/istockphoto.com 112
Clemens Schmale 113
gawriloff/istockphoto.com 120
NABU Dortmund 124
Britta Bollermann 124
Wildwald Vosswinkel 125
catalby/istockphoto.com 143
Gyra/istockphoto.com 144
Keeweeboy/istockphoto.com 145
joshblake/istockphoto.com 147
Ingrid Schumann 148, 150
Sadeugra/istockphoto.com 153
Anette Göke 161
Sabine Kieserling 164, 166, 168
Lauter/Ackermann 165, 167
g_stockstudio/istockphoto.com 169
Lupen/istockphoto.com 170
Kobalt79/istockphoto.com 171
jacus/istockphoto.com 172
zona/istockphoto.com 173
mabe123/istockphoto.com 174
Sergey_Nivens/istockphoto.com 175
Discovod/istockphoto.com 176
wellglad/istockphoto.com 178
Szacho/istockphoto.com 181
Marilyna/istockphoto.com 182
fredgoldstein/istockphoto.com 183
tissa/istockphoto.com 186
pixelmaniak/istockphoto.com 187
stockyimages/istockphoto.com 188
Maridav/istockphoto.com 191201
DKsamco/istockphoto.com 193
Eraxion/istockphoto.com 194
ghoststone/istockphoto.com 195
ariwasabi/istockphoto.com 198
kzenon/istockphoto.com 199
VeryOlive/istockphoto.com 200
Maridav/istockphoto.com 201
lindavostrowska/istockphoto.com 202
Edster1980/istockphoto.com 202
tanjichica/istockphoto.com 203
Karisssa/istockphoto.com 204
Elenathewise/istockphoto.com 205
Okea/istockphoto.com 206
Rsester/istockphoto.com 207
3sbworld/istockphoto.com 208
tamara_kulikova/istockphoto.com 209
erierika/istockphoto.com 201

vhs.Webinare

Die vhs.Webinare sind Live-Online-Seminare. Hierbei handelt es sich um ein neues Format. Sie erleben internationale Experten live. Die Referenten, entweder Universitätsprofessoren oder Mitarbeiter anderer wissenschaftlicher Einrichtungen, halten die Vorträge aus ihrem jeweiligen Institut, teilweise sogar aus dem Ausland.
Sie haben die Möglichkeit, die Webinare live in unserer VHS mitzuerleben und sich aktiv einzubringen. Alle Vorlesungen bieten wir in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen an. An dem Projekt sind weitere 40 Volkshochschulen beteiligt.

Staatsgalerie Stuttgart: Oskar Schlemmer – Visionen einer neuen Welt

Die Große Landesausstellung 2014 in der Stuttgarter Staatsgalerie würdigt das facettenreiche Werk des Stuttgarter Bauhauskünstlers, das alle Varianten der Malerei ebenso wie Skulptur und Bühnenkunst umfasst. Seit fast 40 Jahren sind die Arbeiten Schlemmers nicht mehr so umfassend in Deutschland zu sehen gewesen. Neben zahlreichen Gemälden, Skulpturen, graphischen Arbeiten und Originalkostümen werden auch bislang unveröffentlichte Dokumente die künstlerische Vision Schlemmers vermitteln. Schlemmers Auffassung vom Menschen als »Maß aller Dinge« war zu seiner Zeit am Bauhaus einzigartig. Dabei spricht er der Kunst die Kraft zu, die Erschaffung einer neuen Welt zu bewirken. Oskar Schlemmer hat sich sein Leben lang mit dem menschlichen Körper in der Kunst auseinandergesetzt. Er beschäftigte sich zudem mit Ausdruckstanz und schuf das berühmte Triadische Ballett, dessen Figurinen auch in Stuttgart zu sehen sind.
Der Vortrag gibt einen Einblick in die Ausstellung **„Oskar Schlemmer – Visionen einer neuen Welt"** und stellt im Besonderen sein Triadisches Ballett vor.
Die Ausstellung ist bis zum 6. April 2015 in der Staatsgalerie Stuttgart zu sehen. Dr. Ina Conzen, Stellvertretende wissenschaftliche Direktorin der Staatsgalerie Stuttgart und Kuratorin der Ausstellung „Oskar Schlemmer" wird in die Thematik einführen.

Webinar
Veranstaltung 151-60400
Dr. Ina Conzen/Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Kunsthalle Bremen: Émile Bernard – Am Puls der Moderne

In Kooperation mit den Musées d'Orsay et de l'Orangerie in Paris präsentiert die Kunsthalle Bremen eine große Retrospektive des französischen Künstlers Emile Bernard (1868-1941), die erstmals auch sein kaum bekanntes Spätwerk einbezieht. Gezeigt werden hochrangige Leihgaben aus dem Musée d'Orsay und internationalen Sammlungen sowie Bilder aus dem Besitz der Nachfahren Bernards. Ausgewählte Arbeiten von Paul Gauguin, Vincent van Gogh und Henri de Toulouse-Lautrec ermöglichen Vergleiche mit seinen berühmten Zeitgenossen, mit denen er engen Kontakt pflegte und in deren Schatten er zeitlebens stand: Mit Toulouse-Lautrec studierte er in Paris, mit Gauguin entwickelte er 1888 in der Bretagne die symbolistische Malerei, Cézanne inspirierte ihn in Aix-en-Provence, und für seinen Freund van Gogh setzte er sich auch nach dessen Tod ein. Der umfassende Einblick in sein Oeuvre veranschaulicht seine Vielfältigkeit und präsentiert ihn als einen der innovativsten aber auch eigensinnigsten Künstler des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts.
Der Vortrag zur Ausstellung stellt den Künstler Emil Bernard vor und gibt ihm seinen rechtmäßigen Platz in der Geschichte der modernen Malerei.
Die Ausstellung ist vom 7. Februar bis 31. Mai 2015 in Bremen zu sehen.
Dr. Dorothee Hansen, die stellvertretende Direktorin der Kunsthalle Bremen und Kuratorin der Ausstellung, wird in das Thema einführen.

Webinar
Veranstaltung 151-60401
Dr. Dorothee Hansen/
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Städtische Galerie im Lenbachhaus, München: August Macke und Franz Marc. Eine Künstlerfreundschaft

Aus Anlass des 100. Todesjahres von August Macke organisiert das Lenbachhaus in Kooperation mit dem Kunstmuseum Bonn eine Ausstellung zu August Macke und Franz Marc. Sie widmet sich ausschließlich der Freundschaft und dem künstlerischen Austausch von August Macke und Franz Marc. Eine gezielte Auswahl von Gemälden, Aquarellen, Skizzenbüchern, kunstgewerblichen Objekten und Dokumenten wird Leben und Werk der beiden Künstler zwischen 1910 und 1914 verflechten und ihre wechselseitige Beeinflussung darstellen. Dabei werden nicht nur die auffallenden Parallelen ihrer jeweiligen Rezeption von Kubismus, Orphismus und Futurismus deutlich, sondern auch verblüffende Gemeinsamkeiten ihrer Entwicklung und Interessen, die ihnen eine Sonderstellung im Kreis des Blauen Reiter verleihen.
Der Vortrag gibt einen Überblick über ausgewählte in der Ausstellung gezeigte Werke und verfolgt die Spuren der einzigartigen Künstlerfreundschaft von Macke und Marc.
Die Ausstellung ist vom 28. Januar bis 3. Mai 2015 in München zu sehen.
Monika Bayer-Wermuth, Kunsthistorikerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lenbachhaus München, wird in die Ausstellung einführen.

Webinar
Veranstaltung 151-60402
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 17.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Kunsthalle Mannheim: Der doppelte Kirchner. Die zwei Seiten der Leinwand

„Auch ich muss etwas sparen jetzt, und das Material ist sehr kostspielig geworden. Aber die Leinwand hat Gott sei Dank 2 Seiten", schrieb Ernst Ludwig Kirchner 1919. Und so löste Kirchner, einer der weltweit bekanntesten deutschen Expressionisten, aus finanzieller Not eine Vielzahl seiner Gemälde aus ihrem Keilrahmen, spannte sie anders herum wieder auf und bemalte sie erneut.
Die Kunsthalle Mannheim rückt das von Kunstwissenschaft und Kunsthandel heftig diskutierte Thema der Rückseiten-Bilder erstmals ins Zentrum einer Ausstellung. Den Anstoß dazu bildete die Wiederentdeckung des Marokkaners (1909/1910) im Rahmen seiner Restaurierung 2009 auf der Rückseite des Kirchner-Gemäldes Gelbes Engelufer, Berlin (1913) aus der Sammlung der Kunsthalle Mannheim.
Der Vortrag stellt die spannende Thematik der Rückseiten-Bilder Ernst Ludwig Kirchners in den Fokus.
Die Ausstellung ist vom 6. Februar bis 31. Mai 2015 in Mannheim zu sehen.
Melanie Baumgärtner M.A., Kunsthistorikerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Kunsthalle Mannheim, wird den Vortrag halten.

Webinar
Veranstaltung 151-60403
Melanie Baumgärtner M.A./
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 24.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

„Konflikte der Weltpolitik“

Die Ukraine und Russland – der aktuelle Konflikt in historischer Perspektive

Der Konflikt zwischen Russland und der Ukraine reicht Jahrhunderte zurück. Beide Staaten haben eine gemeinsame, leidvolle Geschichte. Die immer asymmetrischen Verhältnisse sind bis heute sehr komplex. Will man die momentanen Konflikte verstehen, muss man die historischen Entwicklungen sehen. Denn das Wissen um ihre Geschichte und das Werden nationaler Identitäten prägten sowohl Politiker als auch die Bevölkerungen.
Der Vortrag betrachtet vornehmlich die Entwicklungslinien im 19./20./21. Jahrhundert. Teilungen in West und Ost, frühe nationalstaatliche Bestrebungen oder territoriale wie ethnische Auseinandersetzungen spielten auch in der ukrainischen Sowjetrepublik nach 1920 eine Rolle. Nach der Unabhängigkeit 1991 blieb die Ukraine von Russland abhängig. Erst nach 2006 brachen die Konflikte erneut auf, der ukrainische Wunsch nach westlicher Orientierung kollidierte mit den russischen Vorstellungen einer „Eurasischen Union“.
Prof. Dr. Julia Obertreis, Lehrstuhl für Neuere und Neueste Geschichte O steuropas, Universität Erlangen-Nürnberg.

Webinar
Veranstaltung 151-51050
Prof. Dr. Julia Obertreis
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Ein Jahr nach dem Umbruch: Die Ukraine zwischen der EU und Russland

Seit November 2013 durchläuft die Ukraine eine Reihe von tief greifenden politischen Änderungen, die sich unter dem Ereignis-Cluster „Majdan“, „Krim“ und „Donbas“ fassen lassen. Der Vortrag wird sich mit dem Umbruch in der Ukraine und dessen innen- und außenpolitischen Implikationen auseinandersetzen. Drei Fragenkomplexe stehen dabei im Vordergrund: Wie lässt sich die Protestbewegung des „Majdan“ analytisch einordnen und welche gesellschaftspolitischen Auswirkungen lassen sich identifizieren? Worin liegen die Interessen Russlands und wie versucht die russische Regierung diese gegenüber der Ukraine durchzusetzen? Welche Auswirkungen hat die „Ukraine-Krise“ auf die internationalen Beziehungen allgemein und die EU-Russland-Beziehungen im Speziellen?
Dipl. Pol. Steffen Halling, Stiftung Wissenschaft und Politik, Berlin.

Webinar
Veranstaltung 151-51052
Dipl. Pol. Steffen Halling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 22.04.15, 19.00-20.30 Uhr,
2 UStd., 7,00 Euro

Islam, Islamismus und die Medien

Der Vortrag gliedert sich in zwei Teile: Zum einen wird erörtert, welches Bild vom Islam und Muslimen bei uns in Deutschland mittels Medien vermittelt wird und wie dieses Bild entsteht. Auf Basis der Betrachtung der Mechanismen der Auslandsberichterstattung können wir auch erkennen, warum bestimmte Stereotype und Vorurteile dominant sind und das Image vom konflikthaltigen Islam sich festzusetzen scheint. Zum anderen nimmt der Vortrag aber auch die Mediennutzung und Medienproduktion von Islamisten in den Blick. Anhänger des politischen Islam haben ein großes Sendungsbewusstsein und setzen Medien gezielt für ihre Zwecke ein. Dabei ist aber zwischen jihadistischer Terror-Kommunikation wie bei IS und Protestkommunikation wie bei den ägyptischen Muslimbrüdern zu unterscheiden.
In einem Zirkelschluss zum anfangs diskutierten Islambild wird gezeigt, ob und wie diese Kommunikationsformen unser Bild vom Islam und Muslimen prägen.
Prof. Dr. Carola Richter, Institut für Publizistik und Kommunikationswissenschaft, Freie Universität Berlin.

Webinar
Veranstaltung 151-51054
Prof. Dr. Carola Richter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 06.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Politische Kultur und Ideengeschichte arabisch-islamischer Gesellschaften

Der Vortrag will vor dem Hintergrund vor allem der jüngsten dramatischen Ereignisse im Nahen Osten einen Einblick in die kulturellen, religiösen, politischen und wirtschaftlichen Entwicklungen der Gesellschaften dieser Region vermitteln. Exemplarisch werden die „Binnenstrukturen“ wie die Ideengeschichte politischer Konzepte, die Systeme von Staat und Herrschaft, der Wandel der Werteordnungen sowie Kooperations- und Konfliktmuster analysiert. Aber auch die globalen Verflechtungen und die überregionalen Einbindungen dieser Gesellschaften und Staaten in die internationale Politik sowie die Rolle externer Akteure in der Region werden thematisiert.
Die Darlegungen sollen helfen, die überaus komplexen Entwicklungen von den Prozessen der Reislamisierung der letzten Jahrzehnte über die arabischen Revolten der letzten Jahre bis hin zu den heutigen dramatischen Kriegsereignissen besser verstehen zu können.
Prof. Dr. Omar Kamil, Institut für Politische Wissenschaft, Universität Erlangen-Nürnberg

Webinar
Veranstaltung 151-51056
Prof. Dr. Omar Kamil
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 20.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Lectures “Britain and the European Union“ (from B2.2)

Britain and the EU in a historical context

The United Kingdom’s relationship with the EU has long been one of the most divisive, emotive issues in British politics. But why does Europe produce such a polarised reaction? Many Britons, on both sides of the debate, love visiting European countries and idolise elements of their culture - not least the food. Indeed, more than 1.5 million Britons have moved there to live. But Europeans viewing British newspaper coverage, political debates or opinion polls would be forgiven for thinking Britain has little but contempt for its neighbours. The first webinar looks into this long and often rocky relationship.

Webinar
Veranstaltung 151-34040D
Dozent: Prof. Simon Bulmer
University of Sheffield
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 12.05.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Current British politics

The UK’s membership of the European Union (EU) has always been controversial. Today, many UK parties are wary of further EU integration, and some even support withdrawal from the EU. The UK Independence Party (UKIP) for example advocates complete withdrawal from the EU on the grounds of the excessive cost of the EU; a lack of democracy; and immigration problems. UKIP wants to replace the EU with a free-trade agreement without political union. On the other hand, the Liberal Democratic Party has traditionally been the most ‚Pro-EU‘ UK party, arguing that ‚the UK’s place is at the heart of Europe‘.

Webinar
Veranstaltung 151-34042D
Dozent: Prof. Graham Timmins
University of Birmingham
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 19.05.15,
18.30-20.00 Uhr, 2 UStd.
7,00 Euro

Public opinion and Referendum

Since 2010, polls have indicated that the UK public is divided on the question, with opposition peaking in November 2012 at 56% compared to 30% who wanted to remain and support peaking in 2013. The largest ever poll (20,000) showed the public to be split on the issue, with 41% in favour of withdrawal, 41% in favour of membership, and 18% undecided. However, when asked how would people vote if Britain manages to renegotiate its terms with EU and government would say that British interest are better protected; wide majority of over 50% would vote to stay.

Webinar
Veranstaltung 151-34044D
Dozent: Dr. Tim Haughton
University of Birmingham
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 16.06.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Nähere Erläuterungen in den jeweiligen Programmbereichen!

Welcher Beruf ist für mich geeignet?

"Jugend braucht Zukunft" ©
Wir bieten Hilfestellungen für die Berufswahl an. Im Seminar lernen Jugendliche, sich selbst besser einzuschätzen. Mit dem Trainer nutzen sie die Angebote des Internets.
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.
www.jugend-braucht-zukunft.info

Veranstaltung 151-14004D
Peter Esser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15,
8.30-16.30 Uhr, 8 UStd., 20,00 Euro

Veranstaltung 151-14006D
Peter Esser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15,
8.30-16.30 Uhr, 8 UStd., 20,00 Euro

Rhetorik für Schüler/-innen und Auszubildende (ab 16 J.)

Viele Schüler, Studenten und Auszubildende bringen inhaltlich gute Arbeit, "verkaufen" sich aber schlecht. Bitte Schreibmaterial mitbringen. Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.

Veranstaltung 151-14100D
Hans Kronawitter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.03.14, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.14, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Kreative Videoskizzen Workshop für Jugendliche (ab 16 J.)

Die Teilnehmenden erfahren, wie jede beliebige Kamera mit wenigen Kniffen zum Mittel für kreativen Ausdruck wird. Eine Videokamera sollte jeder selbst mitbringen.
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.

Veranstaltung 151-14102D
Janina Lackmann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
4 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 40,00 Euro

Etikette für Schüler/-innen und Auszubildende (ab 16 J.)

Die wichtigsten Grundregeln der modernen Umgangsformen & Etikette für junge Leute. Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.

Veranstaltung 151-14112D
Sarah Nedwal
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.02.15, 09.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 09.30-16.30 Uhr
40,00 Euro

Tastaturschreiben für Jugendliche unter 16 Jahren

In diesem Kurs wird die Tastaturbeherrschung systematisch eingeübt. Eine regelmäßige Teilnahme wird bei Besuch von mindestens 80 % der Kurstermine bescheinigt. Teilnahme ab 12 Jahren. Regelmäßiges Üben zu Hause ist erforderlich. Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler(innen) und Auszubildende. (max. 12 Personen)

Veranstaltung 151-24201D
Eva Pingel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Do, 30.03.-02.04.15, 9.00-12.15 Uhr
16 UStd., 70,00 Euro

Jugendkurs – Sicherheit im Internet

Wer keine unangenehmen Überraschungen durch Viren, Würmer & auf einmal fehlendes Taschengeld auf dem PayPal Konto wünscht, ist hier genau richtig. Gebühr für Jugendliche bereits ermäßigt – keine weitere Ermäßigung möglich.

Veranstaltung 151-25139D
Alexander Kindermann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 17.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

Apps für Android-Handys selbst programmieren (für Jugendliche von 14-18 Jahren)

Hier programmierst du deine ersten eigenen Android Handy-Apps. Gerne kannst du dein eigenes Handy mit Android-Betriebssystem (ab Version 2.X) und ein eigenes Laptop mit Windows-Betriebssystem (plus USB-Verbindungskabel) mitbringen.
Wichtig: Handy-Programmierung ist komplex und schwierig. Zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs sind grundlegende Programmierkenntnisse.
Gebühr bereits ermäßigt für Jugendliche - weitere Ermäßigung nicht möglich.

Veranstaltung 151-28211D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 07.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 08.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Apple-App-Entwicklung Grundkurs für Jugendliche

Voraussetzung:
Grundkenntnisse in der Arbeit mit Deinem MacBook, das Du zum Unterricht mitbringst. Bitte achte darauf, dass der Akku Deines MacBooks ausreichend geladen ist.
Zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs sind grundlegende Programmierkenntnisse.
Gebühren bereits ermäßigt – keine weitere Ermäßigung möglich.

Veranstaltung 151-28226D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 17.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.00-16.30 Uhr
20 UStd., 55,00 Euro

Programmieren für Jugendliche ab 12 Jahren

Hier lernt man, wie PacMan, Spaceinvaders & Konsorten eigentlich funktionieren. Die benutzten Programme sind frei erhältlich. Gebühr bereits ermäßigt für Jugendliche – weitere Ermäßigung nicht möglich.

Veranstaltung 151-28356D
David Tölle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 30.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 31.03.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

3D-Welten und 3D-Games mit Blender (für Jugendliche von 12-16 Jahren)

In diesem Kurs kannst du tatsächlich in eine neue Welt eintauchen: 3D-Programmierung!
Wichtig: du solltest über Erfahrung am PC verfügen. Das im Kurs benutzte Programm Blender (www.blender.org) ist frei erhältlich. Gebühr bereits ermäßigt für Jugendliche - weitere Ermäßigung nicht möglich.

Veranstaltung 151-28358D
David Tölle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 01.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Donnerstag, 02.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Lego Mindstorms NXT für Jugendliche

Der Kurs spricht auch Mädchen an, da erfahrungsgemäß auch ihnen das Programmieren viel Spaß macht. In dem Kurs wird in Zweierteams gearbeitet. Freund oder Freundin mitzubringen, wäre daher ideal.
Gebühr bereits ermäßigt für Jugendliche – weitere Ermäßigung nicht möglich.

Veranstaltung 151-28406D
Angi Mathea
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
16.00-17.30 Uhr, 16 UStd., 40,00 Euro

Offene Fotowerkstatt für Jugendliche

Die VHS Dortmund bietet Ihnen die Möglichkeit, die Fotowerkstatt (analog und digital) und das Schwarz-Weiß-Fotolabor im Creativzentrum unter fachkundiger Betreuung zu nutzen, unabhängig von der Teilnahme an einem Fotokurs.
Bitte mitbringen:
Fotokamera, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel

Pro Termin 4 UStd., pro Termin 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-75010
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 04.08.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

Veranstaltung 151-75014
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Donnerstag, 06.08.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

Handy-Fotografie Projektkurs für Jugendliche

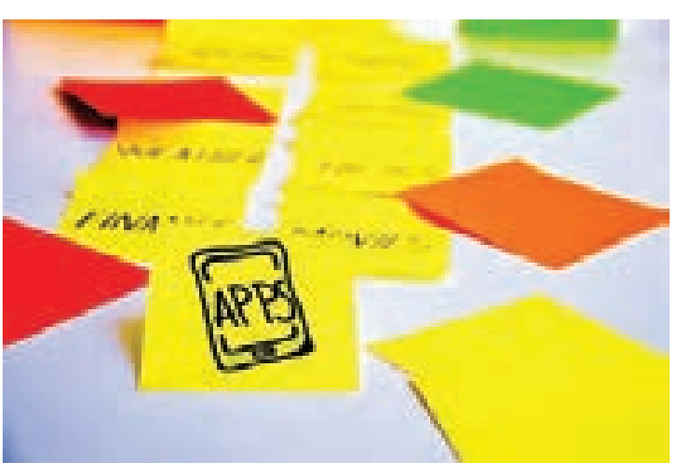
In diesem Projektkurs werden kreative Handy-Fotos erstellt. Die Motivsuche wird in der Innenstadt sein.
Bitte bringe Dein eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-75912D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 05.08.15, 11.00-13.15 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

Nähmaschinenführerschein für Teens

Wenn du noch nicht mit der Nähmaschine umgehen kannst, es aber gerne lernen möchtest, wenn du Spaß hast, etwas selber herzustellen und geduldig bist, bist du hier richtig. Die eigene Nähmaschine (bitte mit Anleitung) kannst du gerne mitbringen.
Bitte mitbringen: Schere, Stecknadeln, Nähnadeln, Maßband. Im Entgelt sind Materialkosten enthalten.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76300
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-14.15 Uhr
6 UStd., 23,00 Euro



Der Naturforscherpass – ein Angebot für Familien

Vorherige Anmeldung erforderlich.
Es kann sich jeweils 1 Erwachsener mit max. 2 Kindern anmelden.

Malen mit Planzenfarben

Farben aus Pflanzen selber herstellen ist eine uralte Technik und macht auch heute noch viel Spaß! Beeren, Blätter, Früchte, Rinde, und alle Obst- und Gemüsesorten eignen sich ebenso wie Wildkräuter. Sie werden gesammelt, gemörsert, gekocht und durchgesiebt. Neben den Farben hat die Natur auch verschiedene Malwerkzeuge im Angebot, die wir testen werden: Federn, Kiefernnadel, Äste vom Holunder.
Erwachsene 5,00 Euro, ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Exkursion
Veranstaltung 151-55200
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 23.05.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Die geheimen Waldkünstler

Mit allen Schätzen, die wir im Wald finden, bauen wir unsere Kunstwerke - aber nicht irgendwo, sondern so, dass Viele sie sehen werden.
Am Ende ist aus einem einfachen Waldweg eine Austellung geworden.
Erwachsene 5,00 Euro, ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Exkursion
Veranstaltung 151-55202
Holger Schneider
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Sonntag, 19.04.15, 11.00-13.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Naturforscherpass Tiere

Der Fuchs unser heimlicher Nachbar

Füchse gibt es überall, auch bei dir in der Nähe. Wir wollen uns auf die Spuren unseres heimlichen Nachbarn begeben und ihn näher kennenlernen. Ein zünftiges Picknick im selbstgebauten Fuchsbau stärkt uns bei der Spurensuche.
Erwachsene 5,00 Euro, ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Exkursion
Veranstaltung 151-55204
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 25.04.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

GPS-Tour – Die moderne Schnitzeljagd

Mit zwei GPS-Geräten im Gepäck machen wir uns zu einer Schatzsuche in der Bolmke auf.
Doch Achtung!!! Unerwartete Hindernisse stellen sich uns in den Weg und viele Fragen rund um die Tierwelt müssen beantwortet werden.
Erwachsene 5,00 Euro, ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Exkursion
Veranstaltung 151-55206
Holger Schneider
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Sonntag, 22.03.15, 11.00-13.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Werken im Wald

Bei einem Rundgang durch den Wald suchen wir Material zum Schnitzen und Basteln wie z.B. Stöcke und Wurzeln. Bitte mitbringen: Schnitzmesser oder Taschenmesser, evtl., wenn vorhanden: kleine Säge, Akkuschrauber, Messerschärfer, Feilen
Erwachsene 5,00 Euro, ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Exkursion
Veranstaltung 151-55208
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 30.05.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Wir mixen einen Zaubertrank auf dem Feuer

Gemeinsam suchen wir im Wald verschiedene Wildkräuter, lernen ihren Ursprung und ihre Bedeutung kennen und bereiten auf dem offenen Feuer eine schmackhafte Suppe zu. Natürlich genießen wir anschließend unser Zauberwerk!
Erwachsene 5,00 Euro, ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Exkursion
Veranstaltung 151-55210
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 04.07.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Abenteuer Wald: Eine Nacht bei den Wildschweinen

Solange es hell ist, streifen wir durch den Wald und suchen Spuren von seinen Bewohnern. Dabei müssen wir uns auch als Team beweisen. Später kochen wir auf dem Feuer. Während die Suppe kocht und wir auf das selbst gebackene Brot warten, schnitzen wir einen Löffel oder brennen uns einen Becher. Aber wenn es dunkel wird, beginnt das Abenteuer. Ohne Taschenlampe wagen wir uns in völliger Dunkelheit in das Gebiet der Wildschweine! Wer traut sich? Wenn wir später wohlbehalten zurück gekehrt sind, erholen wir uns mit Stockbrot, Popcorn und Marshmallows am Feuer. Wir übernachten in einem halb offenen Holzhaus. Für Kids mit ihren Eltern ab 8 Jahren!
Bitte mitbringen: Schlafsack, Isomatte, warme Sachen und Wechselsachen, wetterfeste Kleidung, feste Schuhe, Mütze, Besteck, Geschirr, Becher, Fernglas, Taschenlampe, Fotoapparat.
Treffpunkt: Wildwald Vosswinkel, Bellingsen 5, 59757 Arnsberg-Vosswinkel.

Exkursion
Veranstaltung 151-55212
Andrea Hirsch
Arnsberg
Treffpunkt siehe Text oben!
Mittwoch, 13.05.15, 16.30-21.00 Uhr
Donnerstag, 14.05.15, 8.30-13.00 Uhr
12 UStd., 40,00 Euro

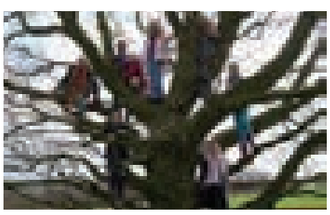
pro Person incl. Eintritt, Übernachtung und Verpflegung

Wildnistraining mit Papa! Eine Nacht draußen leben wie unsere Vorfahren ...

Tagsüber machen wir uns auf, den Wildpark Vosswinkel in Arnsberg mit seinen Geheimnissen und Bewohnern zu entdecken, bereiten abends kleine Köstlichkeiten auf dem Feuer zu und gehen in der Dunkelheit auf die Wildschweinpirsch. Die Nacht verbringen wir dann gemeinsam in einem halb offenen Holzhaus. Für Kinder im Grundschulalter mit ihren Vätern.
Bitte mitbringen: wetterfeste, warme Kleidung und feste Schuhe, Wechselsachen, Schlafsack, Isomatte & Kuscheltier, Geschirr, Besteck, Fernglas, Taschenlampe.
Treffpunkt: Wildwald Vosswinkel, Bellingsen 5, 59757 Arnsberg-Vosswinkel.

Exkursion
Veranstaltung 151-55214
Holger Schneider
Arnsberg
Treffpunkt siehe Text oben!
Samstag, 30.05.15, 16.30-21.00 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 8.30-13.00 Uhr
11 UStd., 40,00 Euro

pro Person incl. Eintritt, Übernachtung und Verpflegung



Kindergeburtstage mit der VHS!

Mit der Geburtstagsgesellschaft raus in die Natur!
Bei unseren drei Angeboten für den Kindergeburtstag wird dieser ganz besondere Tag durch eine tolle Verbindung von Naturerlebnis, Rollenspiel und Schatzsuche für die Kinderschar zum Erlebnis.
Zeitrahmen: 12.00-14.30 Uhr oder alternativ 15.00-17.30 Uhr
Ort: Naturschutzgebiet Bolmke
Wir bieten:
- 2,5 Stunden pädagogisch angeleitetes Programm
- Ein „Schatz" für jedes Kind wird am Ende der Tour deponiert
- Die Begleitung der Tour durch eine erwachsene Ansprechperson ist verpflichtend
- Ein Info-Blatt zu Sicherheitshinweisen etc. wird zugesandt
- Ein wenig Regen macht Kindern nichts aus – bei Schlechtwetter kann der Termin jedoch kurzfristig verschoben werden
- Geeignet für Gruppen von bis zu 10 Kindern

Kindergeburtstage mit der VHS zu folgenden Themen:

„Auf der Suche nach den drei goldenen Blättern" (4-7 Jahre)
Gruppenpreis für max. 10 Kinder 115 Euro

„Eine abenteuerliche Reise zur verwunschenen Goldtruhe der Waldelben" (7-10 Jahre)
Gruppenpreis für max. 10 Kinder 115 Euro

„Auf der Jagd nach dem Schatz der Teutonen" (10-13 Jahre)
Eine elektronische Schnitzeljagd über tiefes Wurzelwerk
Gruppenpreis für max. 10 Kinder 139 Euro

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann vereinbaren Sie telefonisch Ihren individuellen Wunschtermin im Programmbereich unter 50-22438 oder 50-25622.

Russisch lesen und schreiben für junge Erwachsene

Der Unterricht findet in russischer Sprache statt und ist für junge Erwachsene gedacht, die in Deutschland aufgewachsen sind.

Veranstaltung 151-41408D
Anna Olshevska
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Samstag, ab 24.01.15
10.30-13.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

www.studienreisen-vhs.de
Ihr Portal für Bildungsreisen

Alle weiteren Informationen erhalten Sie unter **www.studienreisen-vhs.de** oder fordern Sie unseren Reiseprospekt an: **fscheidemann@stadtdo.de** oder telefonisch unter **0231- 50 25 61 6**.

Auf den Spuren Lucas Cranachs des Älteren in Wittenberg

Anlass zu dieser Fahrt ist eine große Cranach-Ausstellung in Wittenberg. Ausser einer Stadtbesichtigung in Wittenberg steht auch noch die Besichtigung des Wörlitzer Parks auf dem Programm.
Im Reisepreis sind enthalten:
zwei Übernachtungen/Frühstücke in einem Mittelklassehotel in Wittenberg, alle Eintritte und Führungen.

Veranstaltung 151-60500
Frank Scheidemann M.A.
Wittenberg
16.10.-18.10.15
Reisepreis pro Person: **345,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **45,00 Euro**.

Pilsen – Kuturhauptstadt 2015 – und die Zeit um 1800 in Böhmens Bädern

Der Böhmerwald, das Kloster Kladrau und natürlich die Theaterstadt Pilsen, die 2015 Kulturhauptstadt sein wird, sind Ziele dieser Reise. Besucht werden aber auch Marienbad, Bad Königswart, Eger, das einstmals Wallenstein beherbergte und vieles mehr.
Im Reisepreis von **750,00 Euro** pro Person im **Doppelzimmer/Frühstück** sind weiter drei Abendessen (exkl. Getränke), Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus, Eintritte und Führungen enthalten.

Veranstaltung 151-60510
Pilsen
11.06.-14.06.15
Reisepreis pro Person: **750,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **100,00 Euro**

200 Jahre – „Schlacht bei Waterloo"

Im Sommer 2015 findet anlässlich der 200-Jahrfeier zum Gedenken an die Schlacht von Waterloo eine Rekonstruktion der Schlacht statt, die es in diesem Umpfang in Europa noch nicht gegeben hat: 5000 Statisten, 300 Pferde und 100 Artilleriegeschütze, darüber hinhaus spiegeln viele Ausstellungen die verschiedenen Aspekte dieser Schlacht wider.

Leistungen: Fahrt im modernen Reisebus, 2 Übernachtungen/Frühstück im 4-Sterne-Hotel-Silken Berlaymont, Tribünenplätze für beide Schlachten, Besuch dreier Feldlager, Museumspass in Waterloo, Napoleons Hauptquartier, Museum Fin de siecle, Stadtrundfahrt Brüssel.

Veranstaltung 151-60530
Malte Pattberg
Brüssel und Waterloo
19.06.-21.06.15
Reisepreis pro Person: **389,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **84,00 Euro**

Die großen Maler des „Goldenen Zeitalters" der Niederlande: Frans Hals in Haarlem, Vermeer in Delft und Den Haag, Rembrandt in Amsterdam

Anlass dieser Studienreise ist die große Ausstellung „**Rembrandt ... die letzten Jahre**" in Amsterdam. Aber viele weitere Stationen, Museen und Sehenswürdigkeiten stehen auf dem Programm.
Leistungen: Zwei Übernachtungen/Frühstück in Purmerend bei Amsterdam; ein Abendessen (exkl. Getränke), Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus, Stadtführungen in Delft, Den Haag, Amsterdam und Haarlem, Eintritt und Führungen im Mauritshuis, im Rijksmuseum und im Frans Hals-Museum.

Veranstaltung 151-60540
Frank Scheidemann M.A.
Amsterdam
06.05.-10.05.15
Reisepreis pro Person: **589,00 Euro**
EZ-Zuschlag pro Nacht: **35,00 Euro**

Paris, die klassische Moderne und Mons, Kulturhauptstadt 2015

Diese Studienreise führt zunächst nach Paris, ins Zentrum der Moderne. Hier wurde gerade das Musée Picasso wiedereröffnet, es steht aber auch noch eine große Bonnard-Ausstellung auf dem Programm. Von Paris geht es dann weiter nach Mons, der Kulturhauptstadt 2015, die ganz im Zeichen einer großen van Gogh-Ausstellung steht.

Leistungen: Drei Übernachtungen in einem Mittelklassehotel mit Frühstück, drei Abendessen (exkl. Getränke), Hin- und Rückfahrt in einem modernen Reisebus und die entsprechendenden Eintritte und Führungen.

Veranstaltung 151-60550
Paris
23.04.-26.04.15
Reisepreis pro Person: **945,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **38,00 Euro**.

Kunstschätze in Kampanien

Auf dieser Rundreise am Golf von Neapel stehen die antiken Städte Pompeji und Herkulaneum, aber auch die Inseln Procida und Capri auf dem Programm. Zentrum der Entdeckungstouren wird Neapel selbst sein. Den Höhepunkt bildet ein Besuch einer Verdiaufführung im Teatro San Carlo am Golf von Neapel.
Leistungen: Vier Übernachtungen mit Frühstück in einem Viersternehotel in Neapel enthalten, weiter vier Abendessen, Hin- und Rückflug Köln/Neapel/Köln, alle Gebühren, Eintritte, Bustouren und Führungen.
.

Veranstaltung 151-60560
Neapel
06.05.-10.05.15
Reisepreis pro Person: **1.495,00 Euro**
EZ-Zuschlag pro Nacht: **40,00 Euro**

Von der Oder-Metropole Breslau ins Vorland des Riesengebirges

Breslau hat viele Gesichter. Sie ist die Stadt der Gotik und des Barocks und galt auch als Hauptstadt der klassischen modernen Architektur.
Auf dem Programm stehen Dom- und Sandinsel, die Universität, die Markthalle, die berühmte Jahrhunderthalle und die Werkbundsiedlung. In Schweidnitz erwartet den Besucher dann das barocke Schloss Fürstenstein, in Salzbrunn hat Gerhart Hauptmann seine Spuren hinterlassen und im jüdischen Viertel in Breslau kann man etwas von der großen Vergangenheit der jüdischen Bewohner spüren.
Leistungen: Frühstück drei Übernachtungen im zentralen Viersternehotel in Breslau, zwei Abendessen (exkl. Getränke), Reiseleitung, Eintritte und Führungen.
Einzelzimmerzuschlag: **120,00 Euro**.
Dies ist eine Kooperationsveranstaltung mit der VHS Werne.

Veranstaltung 151-60570
Breslau
23.04.-26.04.15
Reisepreis pro Person: **875,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **120,00 Euro**

Barcelona – Gotik, Gaudi und Genuss pur!

Entdecken Sie die Metropole Kataloniens! Die Kombination aus uraltem kulturellem Erbe und dem Schwung der Moderne macht Barcelona zu einer der kulturell bedeutendsten Städte Europas.
Wandeln Sie auf den Spuren Antonio Gaudís, der die Stadt wie kein anderer prägte, mit seinen berühmten Bau- werken wie die Sagrada Familia. Lassen Sie sich auf den zahlreichen Märkten kulinarisch überraschen und schlendern Sie über die Flaniermeilen, die Ramblas. Oder Sie besuchen ein Museum und stärken sich in einer Tapas-Bar. Genießen Sie Barcelona, die Weltstadt mit Flair, mit allen Sinnen!
Dies ist eine Kooperationsveranstaltung mit der VHS Werne.
Bitte melden Sie sich direkt dort an:
Telefon: 02389-71554 oder
E-Mail: vhs@werne.de.

Veranstaltung 151-60580
Frank Scheidemann M.A.
Barcelona
09.04.-12.04.15
Reisepreis pro Person: **ca. 650,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag **132,00 Euro**.

Ins Reich der Mitte – China

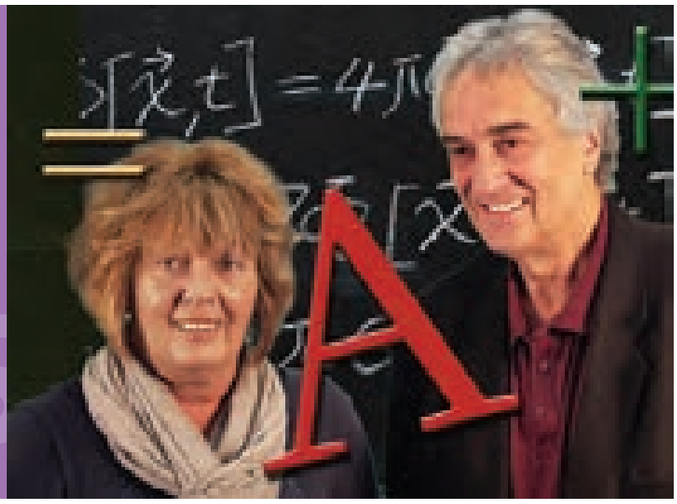
Auf dem umfangreichen Programm stehen die Provinz Sichuan mit den Städten Chengdu, Huanglongxi, Chongqing, mit ihren Sehenswürdigkeiten, wie z.B. einer Aufzuchtstation für Pandabären, die buddhistischen Tempel Gulong, Zhenjiang und Chaoyin, einer Exkursion zum Heiligen Berg Qingcheng Shan, die Besichtigung von Dazu, einer buddhistischen Grottenanlage und vieles mehr. Weiter geht es in die Provinz Hunan. Hier erwartet Sie der Nationalpark Zhiangjiajie im Wuling Juan Gebirge. Weiter geht es in den Süden Chinas nach Fenghuang, von dort geht es zur Großen Mauer und der Festungsstadt Huangsiqiao.
Ihre Reisebegleiterin ist Frau Hua Pan-Witzel, die in China aufgewachsen ist und seit 25 Jahren in Deutschland lebt. Sie kennt beide Kulturen bestens und freut sich darauf, Ihnen ihre Heimat zeigen zu dürfen.

Veranstaltung 151-60590
Hua Pan-Witzel
China
29.03-12.04.15
Reisepreis pro Person: **2.620,00 Euro**

Alphabetisierung, Elementarbildung, Deutsch als Erstsprache, Mathematik

Programmbereichsleitung:
Rainer Bommert
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Freyth
(0231)50-2 47 18
sfreyth@stadtdo.de



Alphabetisierung

Sie kennen das Alphabet, können einzelne Wörter jedoch nur schwer lesen. Oder Sie lesen einfache Texte, haben aber Schwierigkeiten, einfache Sätze zu schreiben.
Kommen Sie zu uns und erwerben Sie die notwendigen Lese- und Schreibkompetenz, um am Arbeitsplatz oder im privaten Leben erfolgreich handeln zu können. So wie Ihnen ergeht es vielen Bürgerinnen und Bürgern in Deutschland.

Um den geeigneten Kurs zu finden, ist zuvor ein Beratungsgespräch erforderlich.

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit uns: **(0231) 50-2 47 10**

Lesen und Schreiben Abendkurs – Stufe 1

Für Teilnehmer/innen, die Schwierigkeiten haben, Wörter und einfache Sätze zu lesen bzw. zu schreiben

Veranstaltung 151-10101
Smiljana Hesse/Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
16.25-17.55 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Veranstaltung 151-10102
Smiljana Hesse/Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
16.25-17.55 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Veranstaltung 151-10103
Ursula Mizera-Jahn/Katharina Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
16.25-17.55 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Veranstaltung 151-10104
Ursula Mizera-Jahn/Katharina Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
16.25-17.55 Uhr, 36 UStd., 8,00 Euro

Veranstaltung 151-10105
Smiljana Hesse/Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd., 8,00 Euro

Veranstaltung 151-10106
Smiljana Hesse/Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd., 8,00 Euro

Lesen und Schreiben Abendkurs – Stufe 2

Für Teilnehmer/innen, die kurze einfache Sätze lesen und schreiben können.

Veranstaltung 151-10107
Ursula Mizera-Jahn/Katharina Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 8,00 Euro

Veranstaltung 151-10108
Ursula Mizera-Jahn/Katharina Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 8,00 Euro

Lesen und Schreiben Abendkurs – Stufe 3

Für Teilnehmer/innen, die kurze einfache Texte lesen und schreiben können.

Veranstaltung 151-10109
Frank Wendt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Veranstaltung 151-10110
Frank Wendt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Alphabetisierung mit intensiver Förderung

Durch intensive Einzelförderung wird jede/r Teilnehmerin/Teilnehmer in ihrer/seiner Entwicklung optimal gefördert. Es werden Alltagssituationen (z. B. Einkauf, Arbeitsplatz) aufgegriffen und die besondere Lebenswelt der Teilnehmer/innen berücksichtigt.

Veranstaltung 151-10111
Frank Wendt/Uwe Rathje
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 8,00 Euro

Veranstaltung 151-10112
Frank Wendt/Uwe Rathje
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 8,00 Euro

Veranstaltung 151-10113
Smiljana Hesse/Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Veranstaltung 151-10114
Smiljana Hesse/Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Lesen und Schreiben Vormittagskurs

Für Teilnehmer/innen der Lernstufen 1-3:

1. die Schwierigkeiten haben, Wörter und einfache Sätze zu lesen bzw. zu schreiben,
2. die kurze einfache Sätze lesen und schreiben können,
3. die kurze einfache Texte lesen und schreiben können.

Veranstaltung 151-10115
Heinz Dieter Haarmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Freitag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

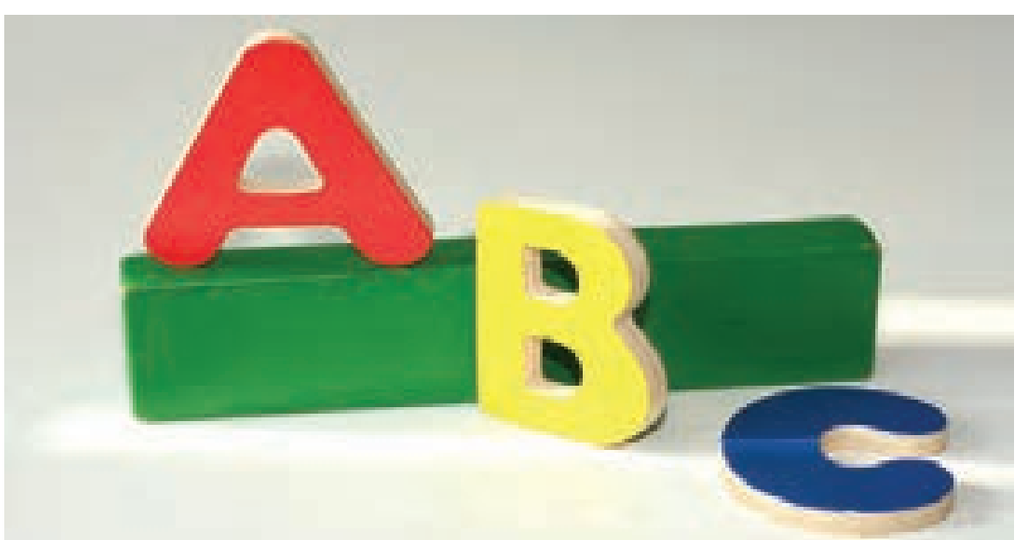
Veranstaltung 151-10116
Heinz Dieter Haarmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Dienstag + Freitag, ab 14.04.15
9.00-10.30 Uhr, 40 UStd., 8,00 Euro

Lesen und Schreiben, Samstagskurs für Berufstätige

Sie können einfache Texte lesen, haben aber Schwierigkeiten einfache Sätze zu schreiben. In diesem Kurs werden Sie hinter das Geheimnis kommen, wie Sie aus Buchstaben Wörter bilden können. Durch den regelmäßigen Besuch der Schreibkurse werden sich Ihre Fähigkeiten steigern und Ihre beruflichen Möglichkeiten verbessern.

Veranstaltung 151-10117
Katharina Hesse/Smiljana Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Samstag, ab 07.02.15
10.30-12.00 Uhr, 18 UStd., 8,00 Euro

Veranstaltung 151-10118
Katharina Hesse/Smiljana Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Samstag, ab 25.04.15
10.30-12.00 Uhr, 12 UStd., 8,00 Euro



Elementarbildung

Grundkurs Rechnen

Diese Kurse sind in erster Linie für Teilnehmer/innen der Veranstaltungen „Lesen und Schreiben“ als Einstieg in die Mathematik gedacht. Es werden, anknüpfend an Alltagssituationen, Kenntnisse der Grundrechenarten vermittelt.

Veranstaltung 151-10200
Ursula Mizera-Jahn/Katharina Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Dienstag + Donnerstag, ab 27.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
8,00 Euro

Veranstaltung 151-10202
Ursula Mizera-Jahn/Katharina Hesse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Dienstag + Donnerstag, ab 14.04.15
19.35-21.05 Uhr, 38 UStd.
8,00 Euro

Deutsch als Erstsprache

Trainingskurs Deutsch

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen mit Deutsch als Muttersprache, die seit ihrem Schulbesuch wenig geschrieben haben und die sich unsicher fühlen, wenn sie etwas zu Papier bringen müssen. Leider sind die „Stolpersteine“ trotz neuer Rechtschreibung nicht weniger geworden. Auf dem Weg zu mehr Sprech- und Schreibkompetenz werden wir viele davon wegräumen.
Kursinhalt:
Grundsätzliches zur Grammatik, Satzbau mit Zeichensetzung.
Rechtschreibung:
Schreibung der s-Laute, Groß- und Kleinschreibung, Getrennt- und Zusammenschreibung. Die praktische Anwendung steht von Anfang an im Vordergrund. Der Kurs ist auch für angehende Auszubildende geeignet. Das Unterrichtsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-10300D
Annette Schilling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 x Montag, ab 16.03.15
19.30-21.00 Uhr, 24 UStd.
60,00 Euro

Deutsch für den Berufsalltag

Dieses Wochenendseminar richtet sich an diejenigen, die Deutsch sprechen und schreiben können, sich aber in der schriftlichen und mündlichen Kommunikation verbessern möchten. Sowohl in der Erstellung von Schriftstücken als auch in der mündlichen Kommunikation ist es oftmals schwierig, einen Sachverhalt auf den Punkt zu bringen. In diesem Seminar soll konkreter Ausdruck trainiert werden. Dazu gehören auch Hilfen im Bereich der Rechtschreibung und Grammatik.

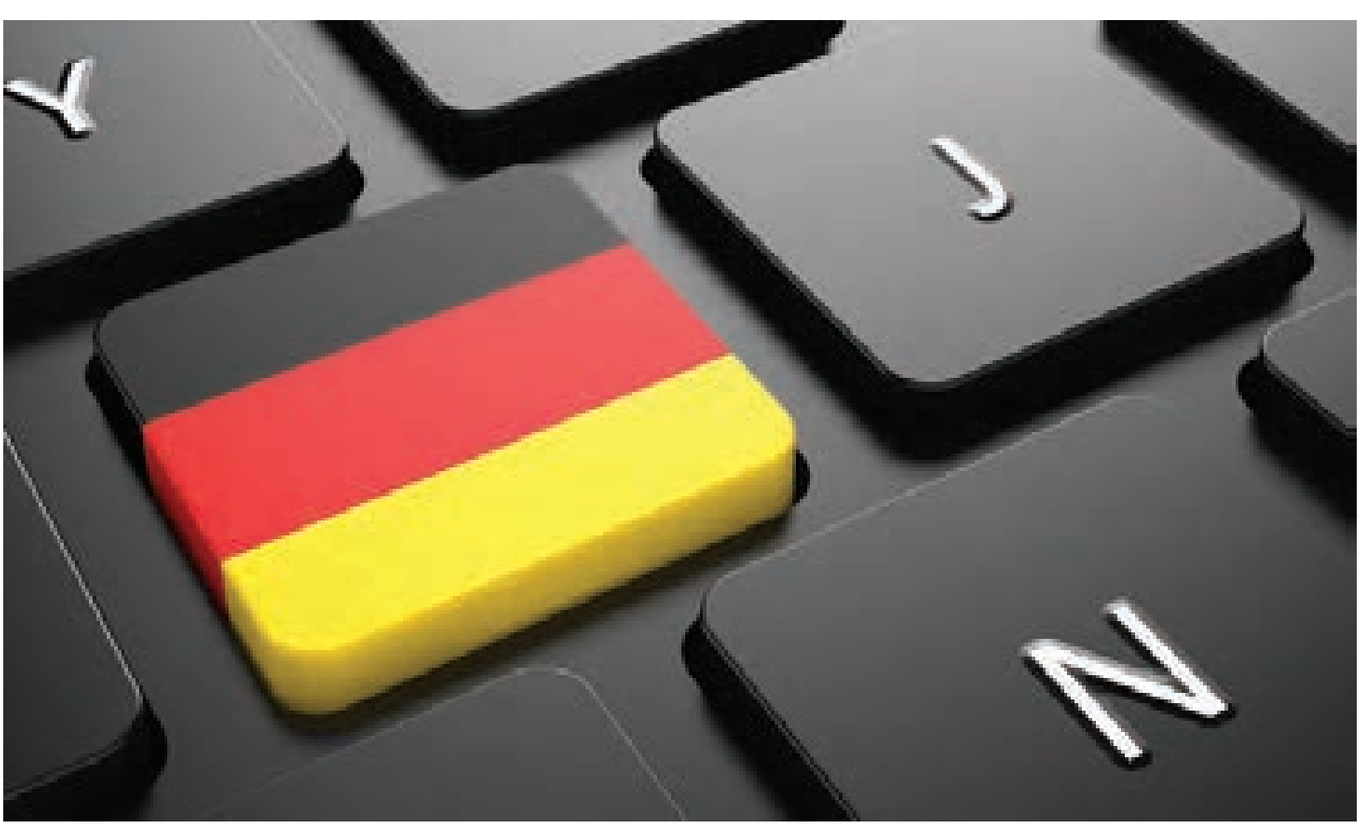
Wochenendseminar
Veranstaltung 151-10310D
Annette Schilling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.00 Uhr
12 UStd., 42,00 Euro

Veranstaltung 151-10312D
Annette Schilling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.00 Uhr
12 UStd., 42,00 Euro

Sicher in Deutsch: Rechtschreibung

Gute Deutschkenntnisse sind unerlässlich für den beruflichen Erfolg. In diesem Wochenendseminar geht es um die deutsche Rechtschreibung. Vor allem die Strukturen der „neuen deutschen Rechtschreibung“ werden hier behandelt. Wann schreibt man groß oder klein, zusammen oder getrennt, ss oder ß?
Diese und andere Fragen werden wir beantworten, indem wir uns mit den Regeln und Besonderheiten der Rechtschreibung beschäftigen. Ebenso sollen die berühmten „Zweifelsfälle“ wie bei der Substantivierung von Infinitiven diskutiert und beseitigt werden.
Bitte mitbringen: „Gerhard Widmann, Die neuen Rechtschreibregeln, Ein Übungsprogramm mit Lösungen... Nr. 260, Hauschka Verlag 2006“. Dieses Heft gibt es auch preiswert gebraucht zu kaufen (ebay, Amazon...).

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-10320D
Helmtraud Röbbert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-14.00 Uhr
14 UStd., 42,00 Euro
max. 14 Personen



Mathematik

Mathematik-Abitur – eine kompakte Vorbereitung

Folgende Teilgebiete werden u.a. behandelt:

A: Analysis

1. Verschiedene Funktionstypen:
2. Kurvendiskussion und Steckbriefaufgaben,
3. Funktionen- bzw. Kurvenschar,
4. Extremwertaufgaben,
5. Grundlagen der Integralrechnung,
6. verschied. Integrationsmethoden,
7. Flächenbestimmung unter und zwischen Funktionsgraphen,
8. bestimmte/unbestimmte Integrale,
9. Rotations-Volumenbestimmung.

B: Lineare Algebra und analytische Geometrie

1. lineare Gleichungssysteme, Matrizen,
2. Lösungsverfahren von Gauß,
3. Matrizenrechnung und deren Anwendung,
4. Vektorrechnung, Skalarprodukt, usw.,
5. Darstellungen von Gerade und Ebene,
6. Lage- und Abstandsbeziehung für Geraden und Ebenen, Schnittwinkel.

C: Grundlagen Statistik / Stochastik

max. 10 Personen

Veranstaltung 151-11102D
Dr. Ruth Stöwer-Grote
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 Dienstag + Donnerstag, ab 20.01.15
18.00-21.15 Uhr, 48 UStd.
168,00 Euro

Das ermäßigte Entgelt für Schüler/innen beträgt 126,00 Euro.

Mathe-Abitur in Anwendungen

Mathematische Methoden der Analysis, Linearen Algebra, Stochastik werden anwendungsorientiert vertieft.

In der Analysis werden Aufgaben mit Alltagsbezug bearbeitet, die verschiedene Fragestellungen / Bearbeitungsmethoden der Differential und Integral-Rechnung nutzen.
In der Linearen Algebra / Vektorrechnung werden in verschiedenen ein-, zweidimensionalen praktischen Objekte Geraden und Ebenen herangezogen, um hieran Lagebeziehungen, Schnitte, Abstände zu untersuchen und zu berechnen.
Matrizenrechnung bildet ein Bindeglied zwischen allen Themenbereichen. Hier gibt es viele Anwendungen auch im ökonomischen Umfeld.
Die Stochastik als anwendungsorientierter Bereich lässt sich in Anwendungsaufgaben der Wirtschaft gut „verpacken".
max. 10 Personen

Veranstaltung 151-11106D
Dr. Ruth Stöwer-Grote
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 Dienstag + Donnerstag, ab 03.03.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
112,00 Euro

Das ermäßigte Entgelt für Schüler/innen beträgt 84,00 Euro.

Analysis, Differential- und Integralrechnung

Dieser Kurs bereitet im Themenbereich der Analysis auf das Mathematik-Abitur vor. Nach einer kurzen Einführung in die Theorie, liegt der Schwerpunkt in der praktischen Umsetzung.

Theoretische Grundlagen:

1. Sekante und Tangente,
2. Differenzen- u. Differentialquotient
3. Ableitungen - Differenzieren
4. Kurvendiskussion
5. Extrema-Wendepunkte
5. Grundintegrale
6. Flächen unter der Kurve
7. Drehkörper-Drehvolumina

max. 12 Personen

Veranstaltung 151-11120D
Uwe Rathje
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-20.15 Uhr, 27 UStd.
94,50 Euro

Das Entgelt für Schüler/innen beträgt 70,88 Euro.

Mathematik – Abituraufgaben zur Analysis

Dieser Kurs bereitet im Themenbereich der Analysis auf das Mathematik-Abitur mit den Lerninhalten zur Differensation und Integration vor.

Veranstaltung 151-11122D
Uwe Rathje
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
63,00 Euro

Das Entgelt für Schüler/innen beträgt 47,25 Euro.

Mathematische Grundlagen für eine Ausbildung in Handwerk, Wirtschaft und Verwaltung

Sie wollen sich im Jahr 2015 auf eine Lehrstelle bewerben. Solides mathematisches Grundwissen ist unverzichtbar für das Bestehen eines Einstellungstests. Dieser Kurs gibt eine leicht verständliche Einführung in mathematische Grundlagen und informiert über Anwendungsmöglichkeiten in der Berufspraxis.

Themenschwerpunkte:

- Grundrechenarten
- Überschlagsrechnung
- Umrechnung von Einheiten
- Längenberechnung
- Flächenberechnung
- Volumenberechnung
- Dreisatz
- Prozentrechnung
- Formeln umstellen
- Geschwindigkeit
- Masse; Kraft (Gewichtskraft)
- Arbeit und Leistung

max. 12 Personen

Veranstaltung 151-11124D
Uwe Rathje
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
18.00-20.15 Uhr, 24 UStd.
84,00 Euro

Das Entgelt beträgt für Schüler/innen 63,00 Euro.

Matheakademie

- zur Vorbereitung der Nachprüfung im Fach Mathematik zur Versetzung in die Klasse 12 der Oberstufe - (Schuljahr 2014/2015)

Eine Nachprüfung zur Versetzung in die Klasse 12 der Oberstufe im Fach Mathematik stellt hohe Anforderungen. Die Matheakademie wiederholt, trainiert und festigt den relevanten Unterrichtsstoff der Klasse 11 und gibt einen Ausblick auf die Unterrichtsinhalte der Klasse 12.

Kursinhalte:

1. Koordinatengeometrie
1.1. Die Geraden
1.2. Parabel und Kreis
1.3. f (x) = a hoch x
2. Funktionen
Potenz-, Exponential-, Trigonometrische- und Logarithmen
3. Differentialrechnung
3.1. Vom Differenzenquotient zum Differentialquotient
3.2. Potenz-, Produkt-, Quotienten- und Kettenregel
4. Einführung in die Integralrechnung
4.1. Grund- und einfache Integral-Regeln
4.2. Flächen und Volumina

max. 12 Personen

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-11126D
Uwe Rathje
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag/Dienstag/Donnerstag
ab 29.06.15, 9.00-11.15 Uhr, 27 UStd.
126,00 Euro

Das Entgelt für Schüler/innen beträgt 94,50 Euro.

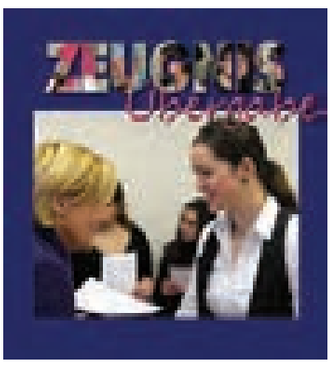
Schulabschlüsse

Schulabschlüsse:
Rainer Vollmer
(0231) 50-2 93 94
rvollmer@stadtdo.de

Weiterbildungslehrerinnen:
Petra Adamski, Dieter Altenrath, Heike Dutkowski, Dr. Ursula Gath, Joanna Kalytta, Gaby Kelm, Sylvia Kirchhoff, Walter Lilie, Anne Lippsmeier, Annette Müller, Marianne Rose, Birgit Zehnter
(0231) 50-2 93 95

Sachbearbeitung:
Gabriele Donvito
(0231) 50-2 93 95
gdonvito@stadtdo.de

Sozialpädagoge:
Frank Wendt
(0231) 50-2 93 96



Schulabschlüsse – die Zweite Chance nutzen!

Die VHS bietet die zweite Chance, einen ersten bzw. höheren staatlich anerkannten Schulabschluss nachträglich zu erwerben.
Schülerinnen und Schüler verlassen teilweise die Regelschule ohne oder mit einem unzureichenden Schulabschluss. Andere benötigen im Sinne vom lebensbegleitenden Lernen für das Erreichen ihrer Ziele eine höhere Schlüsselqualifikation. Ziel der Lehrgänge ist die Integration der Teilnehmenden in Gesellschaft, Ausbildung und Beruf.

Folgende Abschlüsse können erworben werden:

- Hauptschulabschluss nach Klasse 9
- Hauptschulabschluss nach Klasse 10
- Mittlerer Schulabschluss (Fachoberschulreife)

Voraussetzungen

- Beendigung der allgemeinen Schulpflicht,
- Mindestalter 16 Jahre,
- ausreichende Kenntnisse der deutschen Sprache,
- regelmäßige Teilnahme.

Beratung / Anmeldung

- Rheinische Straße 69
  44137 Dortmund
  (0231) **50 2 93 95** oder **50 2 93 94**
- Zur Anmeldung bitte letztes Schulzeugnis und Kopie, Lebenslauf und Passbild mitbringen.

Das Anmeldeformular befindet sich auch auf der Internetseite **www.vhs.dortmund.de** unter Schulabschlüsse.

Merkmale der Kurse

- Keine Teilnahmegebühren; 8,50 Euro Sachkosten
- Beginn: Jeweils nach den Sommerferien und im Februar
- Dauer mindestens 2 Semester (1 Jahr), Ferien entsprechend den Regelschulen
- Unterrichtszeiten montags bis freitags von 9.00 - 14.00 Uhr
- Fächer: Deutsch, Englisch, Mathematik, Biologie, Geschichte / Politik, Erdkunde, (Ersatzfach für Teilnehmer/-innen ohne Englischkenntnisse: Wirtschaftslehre)
- Prüfungen nach einer staatlichen Prüfungs- und Ausbildungsordnung, dadurch staatlich anerkannte Abschlüsse
  In den Fächern Deutsch, Englisch, Mathematik finden zentral organisierte standardisierte Prüfungen (ZosP) statt. Damit ist die Vergleichbarkeit zu den Abschlüssen der Regelschule gesichert.
- Schwerpunkt Erwerbsweltorientierung durch: berufliche Orientierungsberatung, Ausrichtung der Unterrichtsinhalte, Betriebspraktika, Bewerbungstraining
- Erstellung eines individuellen Förderplans mit entsprechender Begleitung während des Kursbesuchs
- jede/r Teilnehmende erhält einen Berufswahlpass
- sozialpädagogische Betreuung bei persönlichen Problemen
- Lernmittel stehen zur Verfügung
- Teilnehmende übernehmen die Aufgabe von Lernlotsen und helfen bei schulischen und außerschulischen Problemen
- Angebot von Förderunterricht
- Nutzung von EDV und Internet
- Arbeitsgemeinschaften, Projekttage und Seminare als fächerübergreifende Aktivitäten

Kursangebote der VHS

Nutzen Sie während des Lehrgangs die Gelegenheit, auch andere Angebote aus dem gesamten Programm der Volkshochschule zu besuchen.

Sie haben die Möglichkeit, an allen anderen Kursen (z. B. **Sprachen, EDV, Intensivkursen)** zu ermäßigten Entgelten teilzunehmen.

Abiturlehrgang

Allgemeine Hochschulreife der Bildungskooperative Dortmund

Die Bildungskooperative bietet Vormittagslehrgänge zur Allgemeinen Hochschulreife

- **für Familienfrauen,**
- **für Arbeitnehmer/-innen mit atypischen Arbeitszeiten und**
- **für Absolvent/-innen der Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb des Mittleren Schulabschlusses der VHS an.**

Aufnahmebedingungen:

- Mindestalter 18 Jahre
- Nachweis einer Berufsausbildung oder einer mindestens 2-jährigen geregelten Berufstätigkeit

Anrechenbar:
Führung eines Familienhaushaltes, Dienstzeit bei Bundeswehr/Bundesgrenzschutz, Zivildienst, freiwilliges soziales Jahr sowie nachgewiesene Arbeitslosigkeit.

Eine Aufnahmeprüfung findet nicht statt.

Bildungskooperative Dortmund

Regelmäßige Sprechstunde
jeden 1. Donnerstag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr im **BIZ der Agentur für Arbeit**, Steinstraße.

Mitglieder der Bildungskooperative sind neben der VHS Dortmund:

- Abendgymnasium
  Tel. 50 - 2 31 03
- Abendrealschule
  Tel. 50 - 2 94 24
- Westfalenkolleg
  Tel. 13 90 50

www.vhs.dortmund.de

Sommerfest 2014

Kompetenzen für den Beruf

Programmbereichsleitung:
Sabiene Kieserling
(0231) 50-2 71 04
skieserling@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Freyth
(0231) 50-2 47 18
sfreyth@stadtdo.de

Berufliche Orientierung Bewerbungstraining

Ein Blick hinter meine Kulissen

Oft sind uns unsere Verhaltensmuster nur oberflächlich bekannt. Sie sind geprägt von unseren ererbten psychischen Grundstrukturen, von alten Mustern, von vergessenen Erfahrungen unserer Vergangenheit.
Sie lernen unterschiedliche Persönlichkeitsstrukturen und deren Verhaltensmuster kennen und erforschen Ihr eigenes Verhalten und ihre eigenen Persönlichkeitsanteile.
Ein Mix aus theoretischem Wissen und angeleiteten Übungen führt zu einer Steigerung der Wahrnehmung des Zusammenspiels von Körperreaktionen, Gedanken und Gefühlen.
Wirkliches authentisches Auftreten bekommen wir nur, wenn wir unsere Gefühle, Reaktionsmuster sowie deren Ursachen kennen. Sie erarbeiten sich eine Landkarte der eigenen Verhaltensmuster und werden sich ihrer eigenen Persönlichkeit bewusst.

Veranstaltung 151-14002D
Peter Esser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 8.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Welcher Beruf ist für mich geeignet?

„Jugend braucht Zukunft" ©
Eine Initiative unter der Schirmherrschaft von Frau Prof. Rita Süssmuth Bundestagspräsidentin a. D. – bietet Hilfestellungen für die Berufswahl an. Im Seminar lernen Jugendliche, sich selbst besser einzuschätzen.
Durch eine streng vertrauliche Selbstanalyse unter Anleitung eines Trainers erarbeiten sie ihren individuellen „Standort". Sie werden mit den Ergebnissen aus einem in der Praxis erprobten Neigungstest ihre beruflichen Interessengebiete ermitteln und die dazu passenden Berufsfelder bestimmen. Mit dem Trainer nutzen sie die Angebote des Internets: die des Berufsinformationszentrums (BIZ) der Bundesanstalt für Arbeit, damit sie bei der Berufsfindung durch diese Informationen und Hinweise konkret unterstützt werden.
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.
Siehe auch:
www.jugend-braucht-zukunft.info

Veranstaltung 151-14004D
Peter Esser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 8.30-16.30 Uhr
8 UStd., 20,00 Euro

Veranstaltung 151-14006D
Peter Esser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15, 8.30-16.30 Uhr
8 UStd., 20,00 Euro

0815-Bewerbung oder Traumjob?

Wie schaffen Sie es, dass man sich für Ihre Bewerbung interessiert?
Wer in der Situation ist, eine Bewerbung schreiben zu müssen, kennt auch mindestens 100 „richtige" Anleitungen, Antworten und Tipps. Etliche Bücher darüber zeugen von der Vielfalt und den schier unerschöpflichen Möglichkeiten, vermutlich haben auch alle Recht, zumindest teilweise.
Das soll aber nicht davon abhalten, die eine, die individuelle, die „etwas andere", die passgenaue Bewerbung zu kreieren. Darüber hinaus werden Sie auf Personalerfragen vorbereitet indem Sprachlosigkeit verhindert und Antworten, die Sie lieber nicht gegeben hätten/geben sollten, aus dem Kopf „gelöscht" werden. Zudem wird die Körperhaltung (Ihre und die des Gegenübers) gedeutet.
Wie umschifft man Lücken im Lebenslauf? Welche Chancen gibt es für 50 + aber auch für Berufsanfänger.
Nichts von der Firma gehört? Keine Absagen oder nur Absagen?
Das soll Ihnen nicht passieren! Sie nehmen nicht an einem 08-15 Seminar *Klappe die 100.* teil, sondern an einem außergewöhnlichen Workshop mit außergewöhnlichen Ideen, direkt von der Personalerfront! Versprochen!

Veranstaltung 151-14028D
Michael Schulze
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Dienstag, 14.04.15, 17.45-21.00 Uhr
Dienstag, 21.04.15, 17.45-21.00 Uhr
Dienstag, 28.04.15, 17.45-21.00 Uhr
Dienstag, 05.05.15, 17.45-21.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Selbstsicher in das Vorstellungsgespräch

Manchmal entscheidet schon der erste Eindruck darüber, ob Sie einen Job bekommen oder nicht. Heute reicht Fachwissen bei den meisten Jobs nicht mehr aus. Die sogenannten Soft-Skills bekommen einen immer größeren Stellenwert. Am Ende stellt sich die Frage: Job oder Flopp? Mit einfachen Tricks große Wirkung erzielen. Wie gewinne ich Menschen für mich? Wie kann ich mich am optimalsten darstellen? In einer kleinen Gruppe werden wir für jeden Teilnehmenden ein individuelles Selbstmarketing entwickeln.
Sie bekommen Tipps zur Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch und zum Verhalten während des Gesprächs. Unterstützt wird der Prozess durch kleine Kommunikationsexperimente, Rollenspiele und auf Wunsch Videofeedback.

Veranstaltung 151-14032D
Martina Faehnrich
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 13.04.15, 18.30-21.45 Uhr
Montag, 20.04.15, 18.30-21.45 Uhr
Montag, 27.04.15, 18.30-21.45 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Körpersprache im Beruf

Beruflicher Erfolg hängt vielfach davon ab, wie Sie mit anderen Menschen kommunizieren. Ein großer Teil unserer Ausstrahlung und Wirkung auf andere wird durch unsere Körpersprache bestimmt. Daher ist es wichtig für eine erfolgreiche Kommunikation, die Botschaften der Körpersprache zu kennen und wirkungsvoll einzusetzen.
Inhalt: Alle wichtigen Felder der Körpersprache werden behandelt wie Gestik, Mimik und Kopfhaltungen, Bewegungsdynamik, Stand- und Sitzarten, Oberkörperhaltung, Territorial- und Distanzzonen. Die Inhalte werden ganz praktisch durch umfangreiche Übungen, Rollenspiele und auf Wunsch mit Videofeedback vermittelt.

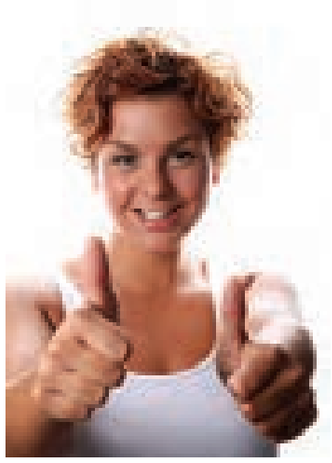
Veranstaltung 151-14040D
Ilka Tasche
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 13.15-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Kreativität und Selbstentwicklung – Körper, Video und Blick

In der Improvisation alltäglicher Bewegung wird die Aufmerksamkeit auf den Augenblick gelenkt. Die eigene Authentizität wird gestärkt. Ressourcen werden entdeckt. Die etwas andere Entdeckung der Strukturen von Raum und Zeit erweitert die eigene Aufmerksamkeitsfähigkeit und Selbstsicht. Videotechnik wird die bewegenden Körper widerspiegeln und den Blick lenken auf Positives, Außergewöhnliches, Stärken und Möglichkeiten. Die Teilnehmenden sind einerseits Blickende und anderseits Angeschaute.
Ein offener Blick prägt die eigene Selbstentwicklung hin zur eigenen Individualität und trägt zum gelingenden Miteinander bei.

Grundkurs
Veranstaltung 151-14044D
Lena Mösko
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-14046D
Lena Mösko
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung
Wenn vorhanden Handy mit Videofunktion + Adapterkabel für den Computer



Erfolg soll planbar werden!

Hilfen und Denkanstöße auf dem betrieblichen Weg nach oben.
Warum wird Sie/Er eher nach oben befördert und die andere Person nicht? Was ist da anders gelaufen?
Im Seminar gibt es keinen Karriereplan. Es werden Denkanstöße und Situationen vorgegeben und besprochen, die den Weg nach oben etwas leichter machen sollen. Oft sind es Situationen, an die keiner denkt. Diese werden herausgearbeitet. Somit bekommen Sie Tipps zum Erstellen einer eigenen Soft-Skill-Liste – persönliche Schritte zum perfekten Karriereplan! Auf Wunsch der Teilnehmer gibt es situationsbedingte Rollenspiele.

Veranstaltung 151-14048D
Harry Göress
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 9.30-12.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Perfekt auftreten – Geschäftlich und Privat

Gönnen Sie sich mit diesem „Knigge-Seminar" für die Zukunft mehr persönliche Sicherheit in Ihrem beruflichen und privaten Umfeld. Sie werden durch dieses Seminar in vielen Bereichen gelassener und sicherer auftreten. Der von Ihnen an diesem Tage erarbeitete persönliche Knigge wird Ihnen in Zukunft ein treuer Begleiter sein und zeigen, wie leicht es ist, in vielen Bereichen Erfolge zu haben.
Inhalt: Wichtige Änderungen in der heutigen Zeit; korrekte Manieren im zwischenmenschlichen Umgang miteinander; Rangfolgen und deren Einhaltung - Begrüßung, Aufstehen, Duzen, Anrede; Nähe/Körpersprache, Vorstellen/Kommunikation, Besonderheiten bei Tisch; Kleidung und Visitenkarten.

Veranstaltung 151-14050D
Harry Göress
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-15.30 Uhr
7 UStd., 38,50 Euro

Rhetorik für Schüler/-innen und Auszubildende (ab 16 J.)

Gute Kommunikationsfähigkeiten werden für junge Menschen immer bedeutender. Egal ob in Schule, Ausbildung, Studium oder späterem Berufsleben – wenn man andere mit einem sicheren rhetorischen wie körpersprachlichen Auftritt überzeugt, ist man erfolgreicher und kann Ziele weitaus besser erreichen. Viele Schüler, Studenten und Auszubildende bringen inhaltlich gute Arbeit, „verkaufen" sich aber schlecht. In diesem Training lernt man, sich selbst nicht unter Wert zu verkaufen und gute Inhalte und Leistungen auch überzeugend darzustellen. In praktischen Übungen werden die Instrumente der Rhetorik trainiert.
Bitte Schreibmaterial mitbringen. Die rege Beteiligung der Teilnehmenden ist erwünscht!
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.

Veranstaltung 151-14100D
Hans Kronawitter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-16.30 Uhr
40,00 Euro

Kreative Videoskizzen Workshop für Jugendliche (ab 16 J.)

In diesem Workshop trifft Kamera auf Kreativität. Die Teilnehmenden erfahren wie jede beliebige Kamera mit wenigen Kniffen zum Mittel für kreativen Ausdruck wird. Sie erlernen grundlegende Techniken zum Filmen und Videoschnitt (Magix Deluxe) sowie rechtliche Bedingungen. Praktisch wenden sie Kreativtechniken an, erarbeiten ein Storyboard und erstellen ihre persönliche Videoskizze. Diese kurze Sequenz zu einer Stimmung, einer Alltagsbeobachtung oder einem Motiv wird im Anschluss gemeinsam besprochen.
Der Kurs richtet sich gleichermaßen an Anfänger wie Fortgeschrittene in der Videoarbeit, Vorkenntnisse sind nicht nötig. Eine Videokamera sollte jeder selbst mitbringen.
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.

Veranstaltung 151-14102D
Janina Lackmann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
4 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-21.15 Uhr
40,00 Euro

Der Ton zum Bild

Die Videokamera und die DSLR-Kamera kann Ton aufzeichnen – aber die Qualität des Tons lässt oft zu wünschen übrig. Die schönsten Bilder nutzen wenig, wenn der Ton einfach nur nervt. In diesem Kurs lernen Sie das Handwerkszeug und die Techniken kennen, mit denen Sie einen guten Ton zum Bild einfangen können. Vorkenntnisse brauchen Sie keine, sie schaden aber auch nicht.
Wir erkunden den Markt mit seinen überreichlichen Angeboten an Mikrofonen, Aufzeichnungsgeräten, Zubehör und Hilfsmitteln. Was ist unverzichtbar (z. B. guter Schutz gegen Windgeräusche), was ist reine Spielerei?
Neben der eigentlichen Technik schicken wir die Ohren auf Entdeckungsreise. Es geht darum ein Ohr für spannende akustische Ereignisse zu bekommen. Dazu gibt es viele, manchmal ganz simple, Tipps und Tricks der Dozentin, einer ausgebildeten Tontechnikerin.

Veranstaltung 151-14104D
Marion Ahrens
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-21.15 Uhr
66,00 Euro

Etikette für Schüler/-innen und Auszubildende (ab 16 J.)

Die wichtigsten Grundregeln der modernen Umgangsformen & Etikette für junge Leute – Pünktlichkeit, Begrüßung, Smalltalk, Kleidung, Smart-Phone und Facebook-Knigge, Büroknigge – souveräne Umgangsformen im Betrieb mit Vorgesetzten, Arbeitskollegen und Kunden, das ABC der Höflichkeit als Ausdrucks des Respekts.
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler/-innen und Auszubildende.

Veranstaltung 151-14112D
Sarah Nedwal
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.02.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Stimmtraining

Lernen Sie Ihre eigene Stimme besser kennen und auszubauen. Machen Sie Bekanntschaft mit dem Motor Ihrer Stimme: dem Atem. Erleben Sie den eigenen Körper als klingendes Instrument und die Lust an einer deutlichen und verständlichen Artikulation.
Begegnen Sie alten und neuen Sprechmustern und werden Sie sich der Bedeutung von Sprechtempo, Dialekt und Lautstärke bewusst. Unser Ziel im Seminar ist ein glaubwürdiges und in sich stimmiges Sprechen, welches sich gut anfühlt und anhört.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Die Dozentin ist qualifizierte Sprecherzieherin der DGSS – Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft und -erziehung.

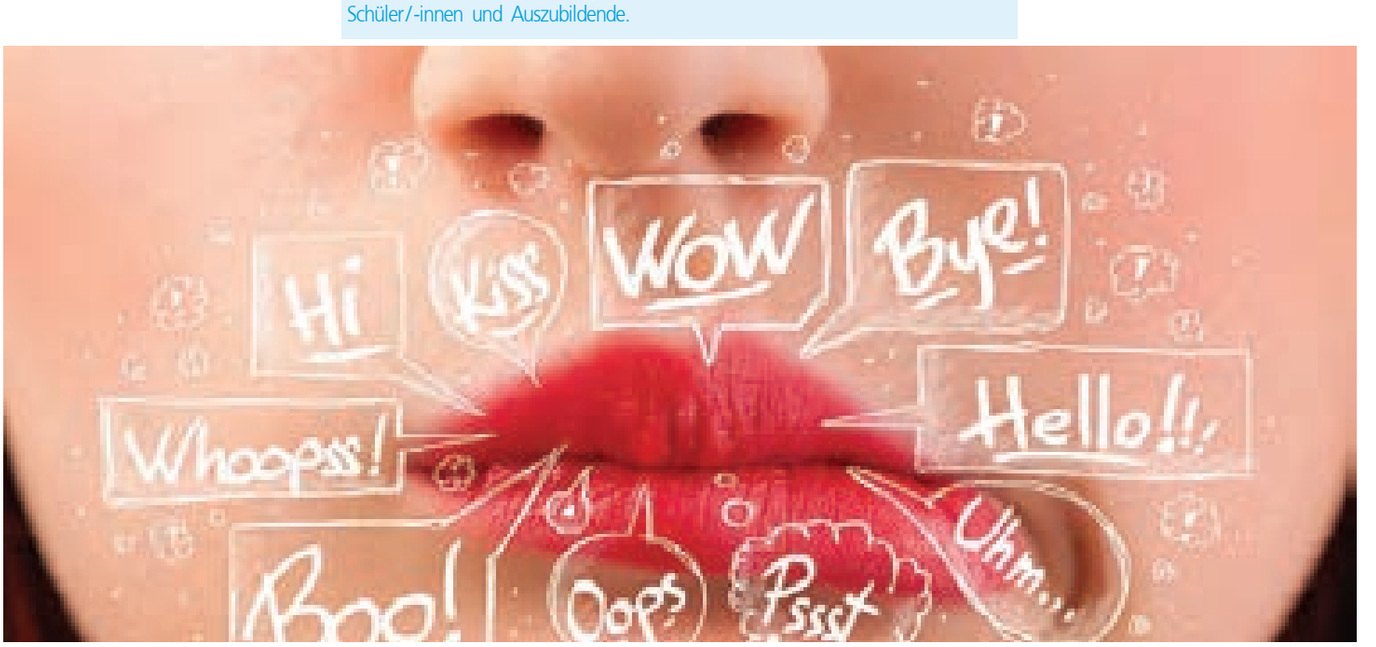
Veranstaltung 151-14140D
Annette Huckebrink
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.45 Uhr
24 UStd., 132,00 Euro

Info-Veranstaltung

Stimmtraining – Orientierungsstunde

Im Rahmen der Orientierungswoche entgeltfrei.

Veranstaltung 151-14142D
Annette Huckebrink
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich



Wirksam vortragen
Rhetorik I

Die Präsentation der eigenen Person, ob im Team, vor Kunden oder den Kollegen, stellt eine grundlegende soziale Kompetenz dar.
Die gelungene Präsentation von Ideen, Meinungen oder Forderungen setzt Wissen um theoretische Zusammenhänge und praktische Erfahrungen voraus.

Inhalt:
- Atemtechnik als Basiselement des Sprechens
- Stimmeinsatz
- Entdecken der eigenen Möglichkeiten
- Körpersprache als Bestandteil einer Botschaft
- Redevorbereitung, Struktur und Gliederung

Methoden:
Kurze Theorie-Inputs, moderierte Diskussion, Gruppen- und Trainerfeedback Einzelübungen, Videoanalyse.
Im Entgelt sind 12,50 Euro für Unterrichtsmaterialien enthalten.

Veranstaltung 151-14200D
Hans Kronawitter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 05.03.15
17.45-21.45 Uhr
20 UStd., 122,50 Euro

Verhandeln, diskutieren und argumentieren
Rhetorik II

Viele Gespräche und Verhandlungen führen zu keinem befriedigenden Ergebnis. Oft reden wir aneinander vorbei. Um ein Gespräch zum Nutzen aller Beteiligten überzeugend zu gestalten und zu leiten, benötigt man rhetorisches Geschick.

Inhalt:
- Analyse des eigenen Gesprächsverhaltens
- Verbesserung der sprachlichen und inhaltlichen Verständnisebene
- Argumentation
- Strategie
- Taktik
- Lenken, Leiten und Führen durch Fragetechniken
- Umgang mit „Killerphrasen" und rhetorischen Strategien

Methoden:
Videoübungen, Rollenspiele.
Im Entgelt sind 12,50 Euro für Unterrichtsmaterialien enthalten.

Veranstaltung 151-14208D
Hans Kronawitter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 16.04.15
17.45-21.45 Uhr
20 UStd., 122,50 Euro

Reden und Verhandeln kompakt – Bildungsurlaub

Das Wochenseminar fasst die beiden Rhetorik Module „Grundlagen der Kommunikation – Wirksam vortragen" und „Verhandeln, diskutieren und argumentieren" zusammen.
Im Entgelt sind 25,00 Euro für Unterrichtsmaterialien enthalten.
Siehe auch: **www.kreativkom.de**

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14214D
Hans Kronawitter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15
9.00-16.30 Uhr
40 UStd., 245,00 Euro

Von großen Leitern lernen

Was können wir von Alexander dem Großen bis Nelson Mandela über Führungsprinzipien lernen?
Führungskompetenz ist eine der wichtigsten Schlüsselqualifikationen im Beruf. Fachkompetenz allein reicht oft nicht, um eine Abteilung, einen Bereich, ein Team oder ein Unternehmen zu leiten. Am Beispiel erfolgreicher Personen aus der Geschichte wollen wir folgenden Fragen nach gehen:
Welche Erwartungen werden an mich als Führungskraft gestellt?
- Welchen Führungsstil habe ich eigentlich?
- Wie stelle ich Teams zusammen?
- Wie und womit motiviere ich Mitarbeiter?

Erkenntnisse aus der Managementforschung und der Psychologie werden neben dem Vergleich mit der Geschichte wichtige Hinweise auf die Beantwortung der gestellten Fragen geben. Gern können sie Ihre Erfahrungen und Fragen zum Thema einbringen. Übernehmen Sie Verantwortung – aber vorbereitet.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14230D
Claudia Gravenhorst
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Do, 23.02.-26.02.15
9.00-16.30 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Persönlichkeitstypen im Beruf

Kontakt, Kommunikation, Umgang
Richtig umgehen mit Einfühlsamen, Analytikern, Bewahrern, Kreativen, Aktiven oder Ruhigen. Geht das auch im Stress? Erkennen Sie die Persönlichkeitstypen des Alltags, schärfen Sie Ihre Wahrnehmung und erkennen Sie ihre Charakteristika. Erleben und trainieren Sie den klugen Umgang mit ihnen.
In Kurzvorträgen und Übungen über
- die 6 Persönlichkeitstypologien,
- ihre Bedürfnisse, Wahrnehmungs-/Zugangstüren, Eigenschaften, Stärken, Kommunikationsstile und
- ihr Stressverhalten

gewinnen Sie Sicherheit, um guten Kontakt herzustellen/zu halten,
- typgerecht mit Kollegen/Chefs/Teams/Kunden zu kommunizieren,
- diese richtig einzuschätzen und auch mit „schwierigen Zeitgenossen" gut umzugehen.

Sie erarbeiten sich ihren „Kompass" zur Vermeidung von Stress und Konflikten.
Siehe auch: **www.enjoy2coach.de**

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14218D
Peter Knirsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 09.02.-13.02.15
9.00-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14220D
Peter Knirsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 16.03.-20.03.15
9.00-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Warum Ihr Unternehmen Sie mögen sollte

Persönliche Präsenz im Beruf
Das Gefühl nur ein kleines Rad im Getriebe zu sein kennen viele.
Lob und Anerkennung auszusprechen fällt vielen Chefs immer noch schwer.
Wie nehmen sie ihren Chef wahr und andersherum?
Welche Begabung, Erfahrung und Qualifikation sollte Ihr Unternehmen an Ihnen schätzen?
Wie können Sie sich selber besser darstellen?
Welche Rolle spielen Sie in Ihrem Team?

Inhalte:
- Impulse aus der Kommunikations- und Verhaltensforschung
- Erkenntnisse aus der Persönlichkeitsentwicklung
- Erprobungen in klassischen Situationen im Berufsalltag

Gern können Sie Ihre Erfahrungen und Fragen zum Thema einbringen.
Sie haben ihrem Unternehmen viel zu bieten, aber Sie sollten darum wissen und es auch zeigen können.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14222D
Claudia Gravenhorst
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Do, 16.03.-19.03.15
9.00-16.30 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

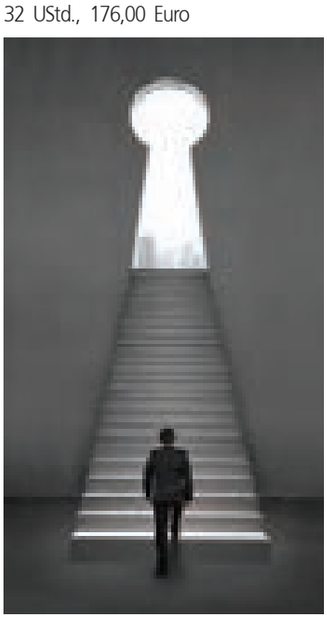
vertragen statt verklagen

Mediationstechniken im Beruf nutzen
Konflikte sind so vielfältig wie Menschen, das gilt auch für unser Arbeitsumfeld. Konflikte entzünden sich oft an Kleinigkeiten (Pausen- und Urlaubsregelungen, Verteilung von Aufgaben und Anerkennung...)
Warum eigentlich? Warum „fahre ich im sprichwörtlichen Sinne in manchen Situationen „aus der Haut"?
Wie entwickeln sich Konflikte?
Wo wie und wann greife ich am besten ein?

Inhalte:
- Erkenntnisse aus der Hirn- und Verhaltensforschung
- Kennenlernen des eigenen Konfliktlösungsstils
- Techniken, Strategien, Tipps und Tricks aus der Mediation für erfolgreiche Konfliktlösung
- Erprobung mit Beispielen aus dem Erfahrungsbereich der Teilnehmer

Gewinnen Sie neue Handlungssouveränität für den nächsten Konflikt.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14228D
Claudia Gravenhorst
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Do, 19.01.-22.01.15
9.00-16.30 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro



Info-Veranstaltung

Voraussetzungen für Mediationstechniken

In dieser Infoveranstaltung werden die Seminare:
- Persönliche Präsenz im Beruf
- vertragen statt verklagen
- Von großen Leitern lernen

vorgestellt.
Sie erhalten einen ersten Überblick über die Möglichkeiten mediativen Arbeitens.

Veranstaltung 151-14232D
Claudia Gravenhorst
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Nicht mit mir!

Ich lasse mich nicht überrumpeln

Überrumpelungen erzeugen häufig Wort- und Sprachlosigkeit. Sie können sogar Verunsicherungen und Ängste hervorrufen. In diesem Workshop können Sie sich mit Instrumenten vertraut machen, mit denen Sie sich zukünftig vor Überrumpelungen / Vereinnahmungen im Berufsalltag sowie im Privatleben schützen können.

Seminarziel:

Überrumpelungstechniken erkennen und meistern
Selbstsicheres Auftreten optimieren
Eigene kommunikative Fähigkeiten vertiefen und ausbauen
Körpersprachliche Signale erkennen
Strategien für „schwierige / unangenehme" Gesprächssituationen ausprobieren

Veranstaltung 151-14244D
Michael Baum
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Smalltalk trainieren

Seminarinhalte:

- einen lockeren Gesprächseinstieg finden
- Smalltalk-Themen geschickt ansprechen
- andere Menschen schnell einschätzen können
- Verbindungen professionell knüpfen
- witzig, spontan und unterhaltend sein
- offene und versteckte Komplimente machen
- Smalltalk-Situationen für das Erreichen eigener Ziele nutzen
- eigene Leistungen und Fähigkeiten in „kleinen" Gesprächen in den Vordergrund stellen
- fantasievoller formulieren.

Im Seminarpreis sind 16,00 Euro Lehrbuchkosten enthalten.
Siehe auch: **www.dahms-training.de**

Veranstaltung 151-14300D
Christoph Dahms
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 22.04.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 49,00 Euro

Wortschatztraining

Seminarinhalte:

- schneller die passenden Worte finden
- schlagfertiger werden
- in Reden und Verhandlungen sicherer und sprachlich gewandter sein
- überzeugender argumentieren
- treffend formulieren
- einen größeren aktiven Wortschatz überzeugend einsetzen
- Wichtiges auf den Punkt bringen

Im Seminarpreis sind 16,50 Euro Lehrbuchkosten enthalten.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-14302D
Christoph Dahms
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 10.05.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 60,00 Euro

Schlagfertigkeitstraining – Geistiges Jiu-Jitsu und Verbalkarate

Lerninhalte:

- mit Angriffen sicher argumentativ umgehen
- aktiv Zuhören, um Gegenargumente zu entkräften
- in Gesprächen auf unfaire Strategien geeignet reagieren
- Einwände und (unfaire) Angriffe schlagfertig behandeln
- Dahms-Schlagfertigkeitstechniken gezielt einsetzen
- Manipulation erkennen und abwehren
- professionell Beeinflussungsprozesse gestalten
- mit Störern erfolgreich umgehen
- aktiven Wortschatz erweitern
- unfairer Dialektik erfolgreich begegnen

Im Seminarpreis sind 16,00 Euro Lehrbuchkosten enthalten.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-14303D
Christoph Dahms
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 60,00 Euro

Gewaltfreie Kommunikation (GFK)

Giraffe – Symboltier der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshal Rosenberg

Sie kennen den Moment, wenn Ärger sich bemerkbar macht. Sie werden rot, Ihr Blickwinkel verengt sich. Der Herzschlag beschleunigt und Vergeltungsgedanken trüben den Verstand.
Die Wut „ist los". Sie sind dabei etwas zu sagen oder zu tun, was die Situation nur noch schlimmer macht. Wut und Ärger verletzen uns, wenn sie impulsiv geäußert werden. Aber sie können uns auch krank machen, wenn sie unterdrückt werden.
GfK nach M. Rosenberg lehrt uns, dass Wut und Ärger weder unterdrückt noch unkontrolliert geäußert werden sollen. Sie sind dagegen ein eindeutiges Signal, dass Sie von dem, was Ihnen lieb ist, abgekoppelt sind und Ihre Bedürfnisse nicht erfüllt werden. GfK zeigt uns wie wir Wut und Ärger positiv transformieren können! Praktisches Training nach den Methoden Belgrave-Lawrie.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14308D
Paola Giles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 04.05.-08.05.15, 9.30-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Gewaltfreie Kommunikation – Aufbauseminar I

Empathie ist ein wesentlicher Teil der GFK, um die Möglichkeit auszubilden, eigene Gefühle anzuerkennen, eigene Bedürfnislagen abzuklären und neue Kräfte zu sammeln.
In einer Konfliktsituation, in der eines oder mehrere unserer Bedürfnisse nicht erfüllt sind, hilft GFK, klar zu stellen: Was ist passiert? Wie geht es mir in dieser Situation? Was ist mir jetzt wichtig?
Die Fähigkeit, unsere eigenen Anliegen zu entdecken und ihnen Empathie entgegen zu bringen, kann uns helfen, uns von alten Denk- und Verhaltensmustern zu befreien und einen friedvolleren und klareren inneren Zustand zu kreieren. Wir werden GFK üben mit einer aktiven und praktischen Methode, die das Lernen mit allen Sinnen verfolgt (von B. Belgrave und G: Lawrie).

Veranstaltung 151-14312D
Paola Giles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Gewaltfreie Kommunikation (GFK) – Grundlagenseminar

M. Rosenberg, Begründer der Methode hat einen Prozess entwickelt, der hilft, Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, ohne Gesprächspartner/innen zu beschuldigen oder zu kritisieren, Bitten klar zu formulieren, ohne anderen zu drohen, sie zu manipulieren oder zu erpressen, Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht persönlich zu nehmen, sondern durch mitfühlendes Hören zu klären, was dahinter steht. GfK wird weltweit in Krisengebieten friedensfördernd eingesetzt. Im alltäglichen zwischenmenschlichen Kontakt kann sie beitragen, dass wir echte Chancen haben, das zu bekommen, was wir brauchen. Indem Sie eine innere Haltung der Verantwortung für ihre eigenen Gefühle annehmen, werden Sie frei, das Gegenüber wirklich zu hören und in eine lebendige Beziehung mit sich und anderen hineinzuwachsen.

Veranstaltung 151-14310D
Paola Giles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Gewaltfreie Kommunikation – Aufbauseminar II

Sie kennen den Moment, wenn Ärger sich bemerkbar macht. Sie werden rot, Ihr Blickwinkel verengt sich.
Der Herzschlag beschleunigt und Vergeltungsgedanken trüben den Verstand. Die Wut „ist los". Sie sind dabei etwas zu sagen oder zu tun, was die Situation nur noch schlimmer macht. Wut und Ärger verletzen uns, wenn sie impulsiv geäußert werden. Aber sie können uns auch krank machen, wenn sie unterdrückt werden. GfK nach M. Rosenberg lehrt uns, dass Wut und Ärger weder unterdrückt noch unkontrolliert geäußert werden sollen. Sie sind dagegen ein eindeutiges Signal, dass Sie von dem, was Ihnen lieb ist, abgekoppelt sind und Ihre Bedürfnisse nicht erfüllt werden. GfK zeigt uns wie wir Wut und Ärger positiv transformieren können! Praktisches Training nach den Methoden Belgrave-Lawrie.

Veranstaltung 151-14314D
Paola Giles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Kundengerechtes Telefonieren – Telefonkommunikation

Kundengerechtes Telefonieren bedeutet, jeden Kundenkontakt am Telefon erfolgreich zu gestalten.
Sie erfahren wie Sie Telefongespräche leichter und effektiver gestalten können.
Durch eine einheitliche Systematik werden Ihre Telefonate schneller und fehlerfreier sein.

Inhalt:

- Definition Werte und Einstellungen
- Erläuterung der Grundbegriffe
  - Kunde - Kundenorientierung
  - Positives Denken
  -Emotionale Intelligenz - Empathie
  - Kommunikation
- Vertrauen schaffen durch Beachtung
- Erfolgreiches Telefongespräch in fünf Schritten
- Aktives Zuhören und Fragetechnik
- Gesprächsführung durch eine verständliche und zielführende Sprache
- Reaktionen im Konfliktfall
- Erfolgreiches Konfliktgespräch
- Erstellung eines Leitfadens für ankommende / abgehende Telefongespräche
- Persönliche Ziele setzen

Kleingruppe
Veranstaltung 151-14322D
Peter Eisfeld
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Grundlagen der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Die Kooperation mit Redaktionen, freien Journalisten, Marketing-Fachleuten und anderen Multiplikatoren hat stark an Bedeutung gewonnen. Im Seminar wird beispielorientiert gezeigt, dass professionelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit drei wichtigen Zielen dient: Dem bekannt Werden und bekannt Bleiben in der Region, der Imagepflege und der Information und Identifikation von Mitarbeitern, Mitgliedern und Kooperationspartnern.
Schwerpunkte sind: Medienübersicht; PR-Darstellungsformen; Pressekonferenzen und Hintergrundgespräche mit Journalisten; Schriftliche Presse-Informationen / Pressemappe; Pressespiegel; PR-, Lobby- und Existenzsicherungsinitiativen; PR in nicht-kommerziellen Organisationen; Mitarbeiter- und Mitglieder-Zeitung; Medienresonanzanalyse.

Veranstaltung 151-14400D
Dipl.-Journ. Vassilios Psaltis
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

IMAGEFILM – 90 Sekunden Videodarstellung (nicht nur) des eigenen Betriebes

Jens Jacob ist seit 2006 als freiberuflicher Filmemacher tätig und dreht Dokumentationen und Imagefilme. 2011 wurde seine Arbeit mit dem 1.Platz des Bürgermedienpreises der Landesanstalt für Medien NRW (LfM) ausgezeichnet.
Filmische Selbstpräsentationen werden in Zeiten von Web 2.0 immer wichtiger. Wer bin ich und was kann ich? Aber worauf muss man bei einem professionellen Auftritt achten?
Der Kurs gibt eine technische und inhaltliche Einführung in die Themen:

- Kurze Filmtheorie (Bildkomposition, Einstellungsgrößen, Kamerabewegung)
- Bedienung einer HD-Videokamera (Menü, Schärfe, Zoom, Blende, Mikrofon)
- Bedienung des Schnittprogramms Adobe Premiere (Sequenzen, Schnitte, Effekte)

Anhand von Praxisübungen erlernt jeder Teilnehmer die Grundlagen, die nötig sind, um eine filmische Selbstpräsentation zu erstellen und zu bearbeiten.
Die Teilnehmer können ihre eigenen Geräte (Kamera, Handy) mitbringen, der Kursinhalt und die grundsätzliche Einführung wird aber anhand einer Sony HD-Videokamera und des Schnittprogramms Adobe Premiere erfolgen.
Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

Grundkurs
Veranstaltung 151-14402D
Jens Jacob
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-14403D
Jens Jacob
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Konzepte schreiben will gelernt sein

„Dazu hätte ich gerne ein Konzept von Ihnen..."
Aussagekräftige Konzepte werden in vielen Berufsbereichen verlangt. In diesem Praxis-Seminar werden leicht verständliche und sinnvolle Techniken zur Konzeption erklärt und anhand von Beispielen verdeutlicht.
Unter Anleitung erstellen die Teilnehmer selbst ein Konzept und präsentieren es am Ende vor der Gruppe.

Inhalte:

- Grundlagen eines Konzeptes
- Analyse
- Strategie (Ziele, Zielgruppen, Positionierung, Botschaften)
- Maßnahmen (Integrierte Kommunikation, Dramaturgie, Inhalt und Formulierung der Maßnah men, Kreativtechniken, Kontrolle)
- Konzepterstellung, Präsentationstechniken (Grundlagen)
- Zeit/Kostenplanung
- Praktische Tipps

Siehe auch: **www.ninaclaudy.de**

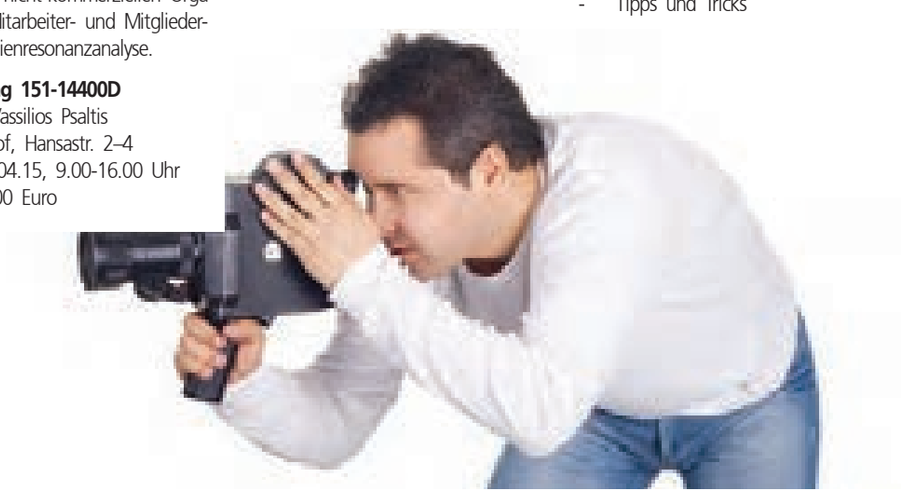
Wochenendseminar
Veranstaltung 151-14404D
Nina Claudy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Eventmanagement – Grundlagen, Ziele, Tricks

„Jetzt stellen Sie mal so richtig was Ausgefallenes auf die Beine. Und dass mir da nichts schief geht...."
Ein Event zu organisieren ist eine anspruchsvolle, aber auch spannende Aufgabe, wenn man die richtigen Tipps und Tricks kennt.
In diesem Seminar wird der Ablauf eines Events von A - Z vermittelt. Neben Konzeption und Präsentation wird die Realisation eines Events besprochen und durch praktische Aufgaben den Teilnehmern nahe gebracht.

Inhalte:

- Briefing
- Konzeption
- Präsentation
- Beauftragung
- Realisation
- Location, Recherche, Artbuying,
- Leistungspartner, Logistik, Regieplan,
- Einladungen, Betreuung vor Ort
- Budget
- Tipps und Tricks



Siehe auch: **www.ninaclaudy.de**

Veranstaltung 151-14406D
Nina Claudy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.02.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Das Unternehmen sichtbar machen

Visuelle und strukturierte Gestaltung einer Basis Geschäftsausstattung

Sie möchten eine Geschäftsausstattung erstellen, die Ihrem Unternehmen ein souveränes visuelles Erscheinungsbild gibt? In diesem Kurs lernen Sie alle erforderlichen Schritte kennen, die vor der Umsetzung stattfinden.
Es geht um die grafische Entwicklung von Logo, Visitenkarte und einem ersten Werbeflyer. Von der ersten Idee über die Konzeption bis hin zur Gestaltung erfahren sie alles was zur erfolgreichen Umsetzung führt.
Die Wirkung von Formen, Farben und Schriften auf unterschiedlichen Materialien werden besprochen.
Anhand eines realen Beispiels wird durch die Thematik geführt und zum mitmachen angeregt.
Bitte bringen Sie Papier, Stifte und einen USB-Stick mit.

Veranstaltung 151-14408D
Stefanie Römling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Visual Merchandising

Visuelle Verkaufsförderung.
Was ist Visual Merchandising? Wie wird es eingesetzt und wie beeinflusst es unser Kaufverhalten?
Hat sich nicht jeder schon einmal gefragt: Warum habe ich das gekauft? Eine Antwort darauf ist:
Einfache psychologische Grundlagen ermöglichen es einem Unternehmen das Kaufverhalten zu steuern und somit den Absatz der Ware zu fördern.
Das beinhaltet eine genaue Kenntnis des Kunden, um Verkaufsware umsatzsteigernd plazieren zu können.
Das Seminar beinhaltet Auszüge aus dem Marketing, der Psychologie und der Kundenkommunikation
und informiert Sie zu Themen wie Gestaltung im Verkaufsraum und Ladenbau.
Siehe auch Webseite des Dozenten.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14410D
Markus Reiß
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, ab 20.04.15, 9.00-16.00 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Veranstaltung 151-14412D
Markus Reiß
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Erfolg bei Google – Praxisworkshop: Suchmaschinenoptimierung

Optimieren Sie Ihre Webseite für Besucher und Suchmaschinen. Ziel ist es, mit einer optimierten Webseite unter den ersten Treffern der Suchergebnisse angezeigt zu werden. Damit wird die Auffindbarkeit Ihrer Webseite im Internet erhöht und Ihnen die Neukundengewinnung erleichtert. Dieser Kurs bietet Selbstständigen, Freiberuflern und Existenzgründern die Chance, im Anschluss an den Kurs selbst grundlegende Maßnahmen der Suchmaschinenoptimierung durchzuführen. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Aspekte und Tools der Suchmaschinenoptimierung und vertiefen die Kenntnisse mit praktischen Anwendungen, die Sie im beruflichen Alltag direkt umsetzen können.
Siehe auch: **www.netzum-sorglos.de**

Veranstaltung 151-14414D
Rona Linke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 23.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 02.03.15, 18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Projektmanagement kompakt

Das Arbeiten in Projekten ist der „Normalfall" in Unternehmen und muss oft neben der Linienarbeit erbracht werden – mit „Nebenwirkungen".
Projekte sind komplexe Aufgabenstellungen mit klaren Zielvorgaben – zu erreichen mit vorhandenen Ressourcen (Geld, Zeit, Personal) zu einem festen Zeitpunkt.
In dieser Woche erfahren/trainieren Sie:

- Grundlagen, Methoden, Werkzeuge des Projektmanagements,
- Vorgehensweisen zu Zieldefinition, Risikoanalyse, Controlling, Reporting,
- Effiziente Planung, Durchführung, Steuerung von Projekten,
- Kluger Umgang und Kommunikation mit dem Projektumfeld (Stakeholder).

Sie werden

- Praxisnahe Projektszenarien simulieren,
- Moderations-/Präsentationskompetenz üben,
- Führungs-/Entscheidungssicherheit gewinnen,
- "Anfassbare" Ergebnisse produzieren.

Siehe auch: **www.enjoy2coach.de**

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14420D
Peter Knirsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 26.01.-30.01.15, 9.00-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14422D
Peter Knirsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 23.02.-27.02.15, 9.00-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Zeitmanagement

Inhalt:
Planungsregeln
Einsatz von Zeitplanbuch und PC
Zieltheorie
Techniken
Zielformulierung
Prioritäten setzen
ABC-Analyse
Pareto-Prinzip
Eisenhower-Prinzip
Prinzip der Schriftlichkeit
eigene Leistungskurven erkennen
richtig delegieren
Tipps gegen das Verzetteln und die „Aufschieberitis"
rationelles Lesen
Umgang mit Besuchern
Tipps für effektive Besprechungen
Nein sagen können
Umgang mit Störungen
Selbstdisziplin
individuelle „Zeit-Probleme" der Teilnehmer.
Methoden:
Plenums- und Gruppenarbeit
Übungssituationen stehen im Mittelpunkt, um Verhaltensänderungen initiieren zu können.
Im Entgelt sind 12,50 Euro für Unterrichtsmaterialien enthalten.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14440D
Hans Kronawitter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 9.00-16.30 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 9.00-16.30 Uhr
Freitag, 23.01.15, 9.00-16.30 Uhr
24 UStd., 144,50 Euro

Moderation und Konfliktklärung in Gruppen

Das Wochenseminar fasst die beiden Module „Besprechungen erfolgreich moderieren" und „Konflikte in Gruppen lösen" zusammen. Erfolgreich Gruppenprozesse z.B. in Arbeitsgruppen moderieren zu können, gehört mit zu den Kernkompetenzen, die in modernen Industriegesellschaften zunehmend gefragt und gefordert werden.
Konflikte mit Kollegen, Vorgesetzten oder zwischen einzelnen Gruppen verweisen auf Probleme im Berufsleben, die effektives und zufriedenstellendes Arbeiten und das Moderieren von Gruppenprozessen erschweren.
Eine Lösung dieser Probleme erfordert ein hohes Maß an Kommunikation, Kooperation und Konfliktmanagement
Im Entgelt sind 25,00 Euro für Unterrichtsmaterialien enthalten.
Siehe auch: **www.kreativkom.de**

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14442D
Hans Kronawitter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Fr, 09.02.-13.02.15, 9.00-16.30 Uhr
40 UStd., 245,00 Euro

Zeit- und Selbstmanagement kompakt

Lernen Sie Zeiteinsparpotenziale zu finden sowohl in Ihrem Arbeitsumfeld als auch in der eigenen Person.
In diesem Seminar lernen Sie das klassische Grundwissen und viele weitere Ansätze zum Zeit- und Selbstmanagement praxisnah kennen.
Inhalte:
Klassische Grundelemente des Zeitmanagement
Zeitfresser erfolgreich besiegen, beispielsweise
Emailkommunikation effizienter einsetzen
„Inneren Schweinehund" überwinden
Meetings gezielter gestalten
Richtig delegieren
Projekte erfolgreicher managen
Balance von privatem und beruflichem Leben
Gespräche mit dem Chef, mit Mitarbeitern, Kollegen gezielter gestalten
Kommunikation im Unternehmen gezielter betreiben
Kreativ und effektiv arbeiten mit Mind Maps
Stress und Entspannung
Tipps zum effektiven Lesen

Veranstaltung 151-14444D
Ilka Tasche
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 13.15-16.30 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.00-16.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Die Kunst, hohe Belastungen zu bewältigen: Resilienz stärken

In Zeiten hoher Arbeitsverdichtung braucht es mehr als eine gute Organisation, um Belastungen zu bewältigen. Wenn die Aufgabenfülle nicht zu schaffen ist, der eigene Anspruch aber hoch bleibt, dann ist ein Burn-out im Bereich des Möglichen.
Der Begriff Resilienz beschreibt die Widerstandsfähigkeit, die Menschen haben, die große Krisen überstanden haben.
Resiliente Menschen sind optimistischer, akzeptierender in ihrer Haltung und lösungsorientierter in ihrem Tun.
Davon können wir uns ein Scheibchen abschneiden. Gearbeitet wird mit praktischen Übungen, Sachinformation und Austausch in der Gruppe. Es geht um innere Bewertungen, Tankstellen, Energiefresser und mentale Strategien.
Siehe auch: **www.barbara-frien.de**

Veranstaltung 151-14448D
Barbara Frien
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Farb- und Stilberatung für Frauen

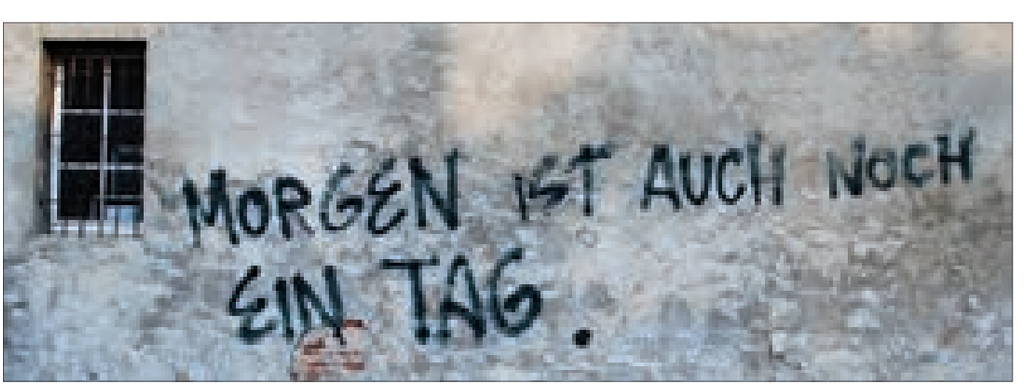
Etwas von der Harmonie der Farben zu wissen und seinen typgerechten Stil herauszufinden, hilft beim Aussuchen optimaler Kleidung und führt damit zu mehr Sicherheit und Erfolg beim Auftreten im Berufs- und Privatleben.
Was ist Farb- und Stilberatung?
Welchen Sinn und Zweck hat sie?
Was ist Harmonie „von Kopf bis Fuß"?
Jeder Teilnehmerin wird durch eine individuelle Farbberatung das Zusammenspiel von Farben und Teint deutlich gemacht. Die Teilnehmerinnen lernen, durch richtiges Kombinieren von Farben und Stil das „gewisse Etwas" der Persönlichkeit besser zur Geltung zu bringen.
Bitte ungeschminkt zum Kurs erscheinen. Einen Farbpass benötigen Sie zum Umsetzen des Gelernten. Er kann bei der Dozentin für 30,00 Euro erworben werden.
Siehe auch:
www.stilberatung-glenzer.de

Veranstaltung 151-14644D
Hannelore Glenzer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 22.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-14648D
Hannelore Glenzer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-14652D
Hannelore Glenzer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-14656D
Hannelore Glenzer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 17.01.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro



Erfolg beginnt mit im Kopf: NLP

Neuro-Linguistisches Programmieren geht der Frage nach wie Sprache und Kommunikation unser Denken, Handeln und damit auch unsere Präsenz beeinflussen.
Was sagen unsere Kommunikationsmuster über uns selbst aus und wie werden wir damit von anderen wahrgenommen?
Lernen Sie Kommunikationsprozesse besser zu verstehen. Nutzen Sie die Macht der Sprache und kommunizieren Sie auf Augenhöhe ihres Gegenübers.
In diesem Seminar wird das Basiswissen vermittelt:
Es enthält die NLP-Techniken, die für eine erfolgreiche Kommunikation mit sich und anderen grundlegend erforderlich sind.
Der NLP-Bildungsurlaub ist konzeptionell so aufgebaut, dass er als Basis für den Einstieg in das zertifizierte Ausbildungssystem des DVNLP (Deutscher Verband für Neuro-Linguistisches-Programmieren e.V.) geeignet ist.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-14510D
Joelle Charles
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15, 9.30-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Erfolg beginnt im Kopf

Vortrag zum Thema Selbstbild, Erfolgskommunikation und sinnvollen Zielen.

Veranstaltung 151-14530D
Joelle Charles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

NLP Kommunikation – Grundkurse

Erlernen Sie wichtige und sofort umsetzbare Grundlagen des NLP. Erlernen Sie spielend einfach bewährte Techniken, um mit hinderlichen Themen im Leben umzugehen. Die Lösung ist Kommunikation. Mit sich und anderen. Wie Sie dies im Leben umsetzen können, zeigt NLP mit Möglichkeiten für Ihren persönlichen Erfolg auf vielen Ebenen: Im Beruf, Privat und in der Partnerschaft.
Grundlagen:
Was ist NLP
Vorannahmen der neurolinguistischen Programmierung
Kommunikation: Sprache ist mehr, als einfach nur Worte...
Augenzugangshinweise – Ein Blick sind tausend Worte
Das VAKOG Prinzip – mit allen Sinnen wahrnehmen
Gelungene Kommunikation über alle Sinneskanäle
Modeling – Zugang zu den eigenen Fähigkeiten/Leistungen

Veranstaltung 151-14520D
Joelle Charles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 31.01.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-14526D
Joelle Charles
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 14.03.15, 9.30-12.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

NLP Kommunikation – Aufbaukurse

Gespräche führen und Beziehungen gestalten
- Rapport – Sich mit dem Gegen über wohlfühlen
- Tragfähige Beziehungen aufbauen (Wahrnehmungspositionen)
- Klare Präsenz und Überzeugungskraft in der Kommunikation

Veranstaltung 151-14522D
Joelle Charles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 31.01.15, 13.00-16.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-14528D
Joelle Charles
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 14.03.15, 13.00-16.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Basisgarderobe und passendes Make-up

Etwas von der Harmonie der Farben zu wissen und seinen typgerechten Stil zu finden, hilft beim Aussuchen optimaler Kleidungs- sowie Make-up Farben und führt zu mehr Sicherheit und Erfolg im Berufs- und Privatleben.
Ziel: Die eigenen Proportionen erkennen, eine Grundgarderobe erstellen, 10 Kleidungsstücke und ihre vielfältigen Kombinationsmöglichkeiten, was trägt Frau zu welchem Anlass?
Die Vorzüge des Gesichts erkennen und seine Individualität typgerecht hervorheben. Sie erhalten einen Einblick in verschiedene Schminktechniken und erhalten Kenntnis über Präparate und Utensilien.
Bitte mitbringen: 1 Lieblingskleidungsstück, 1 Problemkleidungsstück, 1 Rock, 1 Handspiegel und soweit vorhanden: einige Accessoires sowie Ketten, Gürtel, Tasche und Brillen. Zum Schminken bitte, soweit vorhanden, eigenes Make-up sowie Puder- und Lippenpinsel mitbringen.
Materialumlage 5,00 Euro.

Veranstaltung 151-14660D
Hannelore Glenzer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 08.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-14662D
Hannelore Glenzer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Speed Reading

Schnelllesen – aber mit Verstand
Die Menge an wichtigen Informationen, die schnell aufgenommen und sicher erinnert werden müssen, nimmt kontinuierlich zu. Diese Aufgabe kann in der Zukunft nur durch effiziente Lese-, Merk- und Arbeitstechniken erfolgreich gelöst werden.
Seminarinhalte:
Methoden des Schnelllesens
schriftliche Informationen effizient erfassen und merken
professionelle Merksysteme anwenden
Daten, Zahlen, Fakten und Texte effizient erfassen
Lesestoff priorisieren
Gehirnleistung und Konzentration steigern
Lernen durch Wiederholung
Konzentrationstraining
Assoziationsregeln (DPI) einsetzen
Kreativität und Fantasie einsetzen
Im Entgelt sind 16,00 Euro für das Lehrbuch enthalten.
Siehe auch: **www.dahms-training.de**
Veranstaltung 151-14802D
Christoph Dahms
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 49,00 Euro

Präsentationen gekonnt durchführen

Präsentieren lernt man durch Präsentieren
Neben der Vermittlung wichtiger fachtheoretischer Inhalte zum Präsentationsaufbau und zur Argumentationsstrategie trainieren die Teilnehmer/innen die praktische Umsetzung.
Inhalt:
Ziele, Zielgruppen und Aufbau unterschiedlicher Präsentationstypen:
Aufgaben des Präsentators
Publikumsanalyse
Ablauf einer Präsentation
Diskussionsrunden vorbereiten und leiten
Dramaturgie und Argumentationsstrategien u.a.
Gestaltung der Visualisierungen
gekonntes Präsentations-Verhalten:
Zuhörerfreundlich sprechen
Körpersprache gezielt einsetzen
Lampenfieber bewältigen
Der Praxis-Teil läuft EDV-gestützt mit Powerpoint.
Im Entgelt sind 12,50 Euro für Unterrichtsmaterialien enthalten.
Siehe auch: **www.hanie.de**

Veranstaltung 151-14804D
Hans Niehörster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.03.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 78,50 Euro

SelbstWertTraining – Module 1-3

Unsere Wirkung auf andere Menschen hängt direkt mit unserer Beziehung zu uns selbst zusammen. Wie sehr wir uns selbst achten und schätzen, teilen wir unseren Kollegen und Vorgesetzten auf vielfältige und häufig unbewusste Art und Weise mit. In den drei Seminarmodulen – **1.** **Ausstrahlung, Auftreten und Aussehen**, **2.** **Sprache und Stimme**, **3.** **Gelassen und engagiert Konflikte meistern** – wird an allen Aspekten Ihrer beruflichen Kompetenz gearbeitet. Integrität ist dabei der höchste Wert.
Die Seminare bieten auch Raum für wesentliche Fragen der Geschlechterunterschiede zum jeweiligen Thema.

Ausstrahlung, Auftreten und Aussehen – Modul 1

Faktoren für Ihren beruflichen Erfolg

Mit einem harmonischen Gesamtauftritt wirken Sie besonders positiv in Ihrem sozialen und beruflichen Umfeld.
Sie lernen Techniken kennen, mit denen Sie Ihre Ausstrahlung zum „Blühen bringen", trainieren den geduldigen und freundlichen Umgang mit Ihren Unsicherheiten und nehmen Ihre Stärken bewusster wahr.
Sie trainieren ein sicheres, angenehmes Auftreten mit dem Wechselspiel von Präsenz und Zurückhaltung und stärken Ihre positive Grundeinstellung zu Ihrem Aussehen.
Das Seminar bietet Kenntnisse und Trainingsmöglichkeiten, die Sie motiviert, gestärkt und mit mehr Wissen und Können im Handgepäck ein wenig verwandelt in den Berufsalltag zurückkehren lassen.

Veranstaltung 151-14900D
Barbara Görner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 06.02.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 07.02.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Sprache und Stimme – Modul 2

Über Stärken- und Schwächenanalyse zum Erfolg

Dieses Seminar ist vom Ansatz her ein Rhetorikseminar. Sie üben, deutlich und langsam zu sprechen, Pausen zu machen und vor einer Gruppe zu stehen und sich auszudrücken. Sie lernen Ihren Atem als Stützinstrument für Ihre Stimme kennen. Sie erhalten Rückmeldungen über Ihre Stärken und lernen Wege kennen, Ihre Schwächen zu akzeptieren und - wo möglich - in Stärken zu verwandeln. So überwinden Sie auch Sprechängste.

Veranstaltung 151-14902D
Barbara Görner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 13.03.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Gelassen und engagiert Konflikte meistern – Modul 3

Konflikte erkennen und auf angemessene Art und Weise bewältigen ist eine besondere Kunst, die uns immer wieder neu herausfordert.
Sie bekommen nachvollziehbares und erlernbares Handwerkszeug an die Hand. Sie nehmen Ihre Stärken und Schwächen im Umgang mit Konlikten bewußter wahr und entwerfen am Ende des Seminars einen Plan zur Anwendung der frisch erworbenen Fähigkeiten im Alltag.

Inhalte:

- Wahrnehmen und Erkennen von Konflikten und Konfliktpotential
- Umgang und Kontrollieren von entstehenden Emotionen
- stufenweises Hinarbeiten auf eine Lösung
- gelassenes Handeln
- gezielter Einsatz von Fragetechniken
- respektierender und wertschätzender Umgang mit den eigenen Bedürfnissen und den Bedürnissen des Konfliktpartners
- Umgang mit dem Angstgegner
- wirkungsvoll Grenzen setzen

VVeranstaltung 151-14904D
Barbara Görner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 17.04.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Verhandlungs-/Konfliktmanagementkompetenz

Die Begriffe Konflikt und Verhandlung sind zwei Seiten einer Medaille. In beiden Fällen treffen unterschiedliche/gegensätzliche Positionen aufeinander.
Das Streiten um Positionen/Standpunkte ist der Tod jeder Verhandlung, eskaliert jeden Konflikt: Die Anwendung des Harvard-Konzeptes mündet in den meisten Fällen in Win-win-Verhandlungsergebnissen. Statt um Positionen zu feilschen, bilden gemeinsame Interessen der Beteiligten die Basis für ein tragfähiges Ergebnis.
Edward de Bono's Laterale Denkmethoden unterstützen die Beteiligten dabei beim Durchbrechen von Wahrnehmungs-, Denk- und Handlungsmustern und vergrößern so ihren Handlungsspielraum.
Seminarunterlagen können für 15,00 Euro beim Dozenten erworben werden. Details auf unserer Webseite.

Veranstaltung 151-14912D
Heinz-Jürgen Fey
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Frei reden und effektiv kommunizieren

Irgendwann müssen Arbeitsergebnisse präsentiert werden. Einfacher gesagt als getan: Wie stelle ich mich hin, was mache ich mit meinen Händen, soll ich lächeln oder ernst bleiben, wie gehe ich auf Einwände ein, wie gehe ich mit Störungen um. Wir machen von Ihren rhetorischen „Fingerübungen" Videoaufzeichnungen, sehen uns diese in der Gruppe nicht nur gemeinsam an sondern bewerten diese auch „konstruktiv". Viele Teilnehmer werden so vielleicht zum ersten Mal einen Unterschied zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung feststellen können, insbesondere aber den Sachverhalt, dass unsere verbalen und nonverbalen Nachrichten von unseren Zuschauern und -hörern oft unterschiedlich wahrgenommen werden.
Seminarunterlagen können für 15,00 Euro beim Dozenten erworben werden. Details auf unserer Webseite.

Veranstaltung 151-14914D
Heinz-Jürgen Fey
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Gründungsfahrplan – sieben Stationen, die Sie weiterbringen.

Ein ganzheitliches Informations- und Trainingsprogramm für Existenzgründer und Existenzgründerinnen aller Branchen. Die einzelnen Seminare und Workshops ergänzen sich und geben Ihnen wertvolle Grundlagen für Ihr ganz individuelles Gründungsvorhaben. Jedes Seminar, jeder Workshop kann einzeln belegt werden.

1.

Orientierungsworkshop Existenzgründung

Zunehmend mehr Menschen setzen sich auf der Suche nach Beschäftigungs- und Verdienstmöglichkeiten mit der Frage auseinander, ob sich durch Selbstständigkeit eine neue Existenz aufbauen lässt.

Seminarziel:
Erste Orientierungs- und Entscheidungshilfen

Inhalt:
- ist die Selbstständigkeit ein „Beruf" für mich
- verfüge ich über genügend Kenntnisse
- was sind meine Stärken und Schwächen
- wird mein Angebot von Kunden akzeptiert
- wie wird aus einer Idee ein Konzept
- ist die Finanzierung eine unüber windbare Hürde für mich

Siehe auch: **www.m-schulte.com**

Veranstaltung 151-20100D
Martin Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-20102D
Martin Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-20104D
Martin Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro
Anmeldung erforderlich

2.

Der überzeugende Businessplan

Nachdem in einer ersten Stufe durch die Formulierung der Geschäftsidee die Basis der Existenzgründung entstanden ist, muss in einem nächsten Schritt der Businessplan oder das Gründungskonzept erstellt werden.
Der Businessplan ist als unternehmerisches Instrument unerlässlich, wenn die persönlichen Chancen und Risiken sowie die Marktfähigkeit des Vorhabens bewertet werden sollen.
Er dient weiterhin als Grundlage für die Finanzmittelbeschaffung und enthält einen Realisierungsfahrplan.

Seminarziel:
Anhand der Themen eines strukturierten Businessplanes soll der Weg einer realistischen Gründungsplanung mit all seinen Bestandteilen aufgezeigt werden.

Veranstaltung 151-20106D
Martin Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro
Ermäßigtes Entgelt für Arbeitslose
30,00 Euro

3.

Kleines Controlling für Existenzgründer und kleine Unternehmen

Wege zur Liquiditätssicherung und Transparenz der Zahlen im eigenen Unternehmen

Sie sind selbstständig und gehen täglich mit Umsatzzahlen und Kosten um, Excel ist Ihnen nicht völlig fremd. Ihr Steuerberater schickt Ihnen Auswertungen und die Bank will Berichte sehen. Verstehen Sie die Standard-Auswertungen und wissen Sie auch, wie Sie diese Instrumente so erfolgreich einsetzen, dass Sie wissen, wo Sie mit Ihrem Unternehmen wirklich stehen? Und wie sieht eine erfolgreiche Unternehmenssteuerung für Existenzgründer und kleine Unternehmen außerhalb dieser Standardauswertungen aus? Sie erarbeiten die Grundlagen des Rechnungswesens und lernen Struktur und Aufbau verschiedener, gängiger Unternehmensberichte sowie eigene Anwendungen kennen.

Veranstaltung 151-20112D
Sabine Krieger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

4.

Internetmarketing für Existenzgründer

So werden Sie im Internet gefunden

Sie kennen Facebook, Twitter und Co. und Google nutzen Sie fast täglich. Wissen Sie aber auch, wie Sie diese Instrumente so erfolgreich einsetzen, dass genau Ihr Kunde Sie findet, der auch Ihre Leistung kaufen will?
Wie sieht eine erfolgreiche Marketing-Strategie im Internet aus?
In diesem Seminar erarbeiten Sie die Grundlagen des Marketings und lernen die Anwendungsmöglichkeiten verschiedener, erfolgreicher Internetmarketinginstrumente kennen.
Was ist mein Angebot (werbewirksame Beschreibung)
Wer ist mein Kunde (nicht jeder Interessent ist ein zahlungswilliger Kunde)
Wie bringe ich effizient Angebot und Kunden zusammen (optimale Vertriebswege finden)
Ich suche nicht – ich lasse finden (erfolgreiches Internetmarketing)
Siehe auch: **www.s-drechsler.de**

Veranstaltung 151-20114D
Sabine Krieger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

5.

Steuerrecht für Existenzgründer

Sie bekommen einen Einblick in die steuerlichen Vorschriften und Ihre Aufgaben und Pflichten im Veranlagungsverfahren. Sie sollen die Arbeitsweise der Finanzbeamten kennen lernen und ein Bewusstsein dafür entwickeln, was das Finanzamt von Selbständigen erwartet.
Wer das System der einzelnen Steuerarten in seinen Grundzügen verstanden hat, ist im Prinzip auch ohne kostenintensiven Steuerberater in der Lage, seinen Gewinn zu ermitteln und seinen steuerlichen Erklärungspflichten nachzukommen.
Natürlich wird auch darauf eingegangen, unter welchen Voraussetzungen die Einschaltung von Steuerberatern und/oder Rechtsanwälten sinnvoll sein kann.

Veranstaltung 151-20118D
Dipl. jur. Miro Karmazin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.00-14.00 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

6.

Förderung und Finanzierung als Erfolgsfaktor im Gründungsprozess

Vortrag mit anschließender Fragestunde

Einer der wichtigsten Erfolgsfaktoren bei der Unternehmensgründung ist die Finanzierung.
Für die erfolgreiche Realisierung eines Vorhabens ist eine gesicherte Gesamtfinanzierung notwendig.
Im Rahmen der Gründungsplanung sollte daher besonderes Augenmerk auf die Finanzierung gelegt werden. Fördermittel (nicht rückzahlbare Zuschüsse) und Förderkredite sind dabei ganz wichtige Bausteine der Gründungsfinanzierung und können sehr wesentlich zum Erfolg beitragen.
Überblick über die Fördermöglichkeiten mit einem Ausschnitt aus den über 3.200 Förderprogrammen der Städte und Länder, des Bundes und der EU. Exemplarische Beispiele der Gründungsfinanzierung unter Einsatz von Fördermitteln aus der Praxis werden vorgestellt.
Siehe auch: **www.beratung-kmu.com**

Vortrag

Veranstaltung 151-20122D
Joachim Hackbarth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15, 10.00-12.15 Uhr
3 UStd., 16,50 Euro

7.

Rechtsgrundlagen für Existenzgründer und Jungunternehmer

Der Start in die Selbstständigkeit ist vollzogen - und schon muss sich der Gründer mit einer Vielzahl von Rechtsfragen auseinandersetzen. Damit hier von Anfang an Fehler vermieden werden, sollen Ihnen die wichtigsten rechtlichen Regelungen erläutert werden.
Vertragsgestaltung und Anwendung
Verträge für verschiedene Berufe anhand von Beispielen für Kaufverträge, Werk- und Werklieferungsverträge, Dienstverträge, Mietverträge, Verträge im Internet, etc. sowie allgemeine Geschäftsbedingungen/Lieferbedingungen
Gewährleistung und Garantie
Verjährungsfristen Wie kommt der Unternehmer an sein Geld? (Mahnen, gerichtliches Mahnverfahren, Vollstreckung, Vollstreckungsbescheid, Gerichtsvollzieher, Forderungspfändung)
Überblick: Rechte und Pflichten verschiedener Gesellschaftsformen

Veranstaltung 151-20124D
Volker Johann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 10.00-15.00 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Verbraucherinformation

Fachgruppenleitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Fehlerhafte Anlageberatung: Regress und Strategien

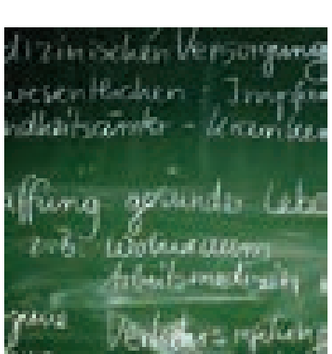
Das 90 minütige Seminar gibt dem Privatanleger Auskunft und Empfehlungen zur Geltendmachung von Rückabwicklungsansprüchen und Schadensersatzansprüchen wegen fehlerhafter Geldanlageberatung gegen Kreditinstitute und Anlagevermittler. Hierbei wird sowohl die außergerichtliche als auch gerichtliche Geltendmachung von Ansprüchen skizziert und über Chancen und Risiken von Vergleichen und Urteilen informiert.

Veranstaltung 151-23100
Sascha Meinhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 29.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Juristische Fallstricke beim Bankkredit

Das 90 minütige Seminar gibt dem Seminarteilnehmer Informationen zu den Möglichkeiten des Widerrufs des Kreditvertrages wegen fehlerhafter Widerrufsbelehrung sowie zu den Rückerstattungsansprüchen von gezahlten Kreditbearbeitungsgebühren. Exemplarisch werden die Möglichkeiten der Kostenersparnis und Optimierung der Zinshöhe erörtert.

Veranstaltung 151-23102
Sascha Meinhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 05.02.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei



Allgemeines Erbrecht

Wie kann ich meinen Nachlass sinnvoll regeln? Soll ich ein Testament errichten? Soll es als frei formulierte Verfügung im eigenen Schreibtisch abgelegt werden oder lohnt sich der Aufwand, es per Notar beim Amtsgericht zu hinterlegen? Wie ist sichergestellt, dass es überhaupt gefunden und beachtet wird? Gemeinschaftliches Testament mit Partnern? Sollte es mit den Erben – und eventuell denen, die nicht bedacht werden sollen – vorab besprochen werden? Wie verhindert man möglichen Streit unter den Erben?
Wer hat Anspruch auf das Erbe, etwa per Pflichtteil als Verwandter in gerader Linie wie Eltern, Kinder und Enkel? Wie ändert man ein schon verfasstes Testament?

Veranstaltung 151-23104
Stefanie Sorge
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.02.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

Der Vortrag dient als Formulierungshilfe für Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und erläutert die zu beachtenden Punkte anhand vieler anschaulicher Beispiele. Die Patientenverfügung soll eine Vorbereitung für einen medizinischen Notfall darstellen, bei dem der Patient momentan oder dauerhaft selbst nicht mehr in der Lage ist, seinen Willen zu äußern.
Die Vorsorgevollmacht dient der Regelung und Ordnung der finanziellen Verhältnisse und bestehender oder noch einzugehender Vertragsverhältnisse, die aufgrund Krankheit oder Pflegebedürftigkeit nicht mehr selbst, sondern durch Vertreter erledigt werden müssen. Die Betreuungsverfügung verhindert, dass im Betreuungsfall ein fremder Dritter die Betreuung übernimmt.

Veranstaltung 151-23106
Sascha Meinhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.02.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Steuerliche Behandlung der Erben

In diesem Kursus geht es um die Feststellung von Erbberechtigten. Desweiteren werden die Vererbung nach Privat- oder Betriebsvermögen, Befreiungstatbeständen, Steuerklassen und Vermögensbewertung behandelt. Ebenfalls werden Unterschiede zwischen Schenkung und Erbe, Vererbungsgründe und -formen angesprochen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-23108D
Herbert Eckhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 20.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 23.04.15, 18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Die Einnahme-Überschuss-Rechnung

Dieser Lehrgang vermittelt Gewerbetreibenden umfassende Kenntnisse und Fertigkeiten über das Thema Einnahme-Überschuss-Rechnung (§ 4 Abs. 3 EStG), so dass Sie diese ohne Hinzuziehung eines Steuerberaters als Vorstufe für die jährliche Steuererklärung selber erstellen können.
Sie erfahren wichtige Aspekte der Behandlung und Darstellung von Ausgaben und Einnahmen. Lehr- und Übungsbuch (19,00 Euro) im Preis enthalten

Veranstaltung 151-23320D
Herbert Eckhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.00-16.30 Uhr
Mittwoch, 18.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 25.03.15, 18.00-21.15 Uhr
20 UStd., 97,40 Euro

Grundlagen der Einkommenssteuer und der Steuererklärung

Anhand praktischer Beispiele sollen die Teilnehmer/innen mit der Systematik des Einkommenssteuerrechts vertraut gemacht und in die Lage versetzt werden, die eigene Einkommenssteuererklärung selbständig auszufüllen. Schwerpunkte sind dabei: Einkünfte aus nichtselbständiger Arbeit (§19), Werbungskosten (§9), Sonderausgaben (§10) und die Berücksichtigung der selbstgezahlten Leistungen zur Altersvorsorge als Sonderausgabe.

Veranstaltung 151-23410D
Herbert Eckhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.02.15, **9.00-16.00 Uhr**
12 UStd., 48,00 Euro

Vermietung und Verpachtung aus steuerrechtlicher Sicht

In diesem Kursus geht es darum, die Einkünfte nach Einkommen- und Umsatzsteuergesetz zu ermitteln. Dieses führt zur Einnahme-/Überschuß-Rechnung. Wichtige Punkte ergeben sich aus der Darstellung der Berechnungsverordnung, den Gebäudearten, den Abschreibungen, sowie dem Unterschied Herstellkosten zu Erhaltungsaufwand.
Weitere Antworten zu den Eigentumsverhältnissen, Vermietungsformen und davon abhängige steuerliche Behandlung sind ebenfalls Kursinhalte.

Veranstaltung 151-23412D
Herbert Eckhardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 18.00-21.15 Uhr
Dienstag, 27.01.15, 18.00-21.15 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

WDR FERNSEHEN

VERTRAUEN IST GUT, DIE SERVICEZEIT IST BESSER

MIT YVONNE WILLICKS UND DIETER KÖNNES

Wirklich preiswert? Wirklich praktisch? Wirklich lecker? Ob Gesundheit oder Geld, Wohnen oder Ernährung, Multimedia oder Verkehr – die «Servicezeit», das tägliche Verbrauchermagazin des WDR, beleuchtet Hintergründe, schafft Orientierung und gibt praktische Ratschläge.

SERVICEZEIT
MONTAGS BIS FREITAGS, 18.30 BIS 18.50 UHR

wdr.de/fernsehen

IT – Informationstechnologie

Programmbereichsleitung:
Sabine Kieserling (li.)
(0231) 50-2 71 04
skieserling@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Hoffmann
(0231) 50-2 56 22
shoffmann@stadtdo.de

Tastaturschreiben

Für die regelmäßige und effektive Arbeit am Computer ist es erforderlich, die Tastatur zu beherrschen und Texte möglichst schnell zu erfassen.
In unseren Kursen lernen Sie dies an PCs im Textverarbeitungsprogramm WORD.
Die vielfältigen Funktionen von WORD sind hier nicht Kursinhalt; Angebote dazu finden Sie unter dem Programmbereich EDV auf den folgenden Seiten.
Die Kosten für den Erwerb eines Zertifikates werden mit 7,50 Euro (nicht ermäßigungsfähig) in Rechnung gestellt.
Eine regelmäßige Teilnahme wird bei Besuch von mindestens 80 % der Kurstermine bescheinigt.

Grundkurs Tastaturschreiben

Kurs für Anfänger(innen) ohne oder mit geringen Fertigkeiten in der Texterfassung, die beruflich, im Studium oder privat am Computer arbeiten und das 10-Finger-System zur Verbesserung ihrer Schreibgeschwindigkeit erlernen wollen. Ziel des Kurses: Erarbeitung des Tastenfeldes nach der Blind-/Tastschreibmethode einschl. Großschreibung sowie Einführung der Anordnungs- und Anwendungsregeln nach DIN 5008.
Ein Abschlusstest ist auf Wunsch und nach Absprache mit der Dozentin sowie der VHS möglich.
Die Kosten für das Zertifikat sind im Kursentgelt nicht enthalten.

Veranstaltung 151-24000D
Anna Pingel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 10.02.15
18.00-20.15 Uhr, 30 UStd.
124,50 Euro

Veranstaltung 151-24001D
Eva Pingel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 19.01.15
18.00-20.15 Uhr, 30 UStd.
124,50 Euro

Veranstaltung 151-24002D
Anna Pingel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Donnerstag, ab 12.03.15
18.00-20.15 Uhr, 30 UStd.
124,50 Euro

Grundkurs Tastaturschreiben
Prüfung

Veranstaltung 151-24010P
Anna Pingel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 18.06.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 15,00 Euro

In 5 Stunden zum Tastaturschreib-Profi

Blended Learning Zehn-Finger-Lernsystem
Auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse in der Gedächtnis- und Lernforschung wurde ein Konzept für das Zehn-Finger-System des Computerschreibens entwickelt. Sein Kernprinzip: Training des Langzeitgedächtnisses durch ganzheitliches, assoziatives Lernen mit Bildern, Sprache und Musik.
In nur 5 Stunden ist es möglich, die Tastatur blind zu beherrschen.
Und nach dem Kurs?
Um die Schreibfertigkeit zu erhalten und weiter – auch in der Geschwindigkeit – zu vertiefen, erhalten Teilnehmende Zugang zu einer Schnellschreibsoftware für ihren PC, die eine integrierte Erfolgskontrolle und individuelle Übungsempfehlungen enthält.
5 Stunden + Vor- und Nachbereitung und Pausen.
Im Entgelt enthalten: Schriftliches Begleitmaterial, Lizenz und Schnellschreibsoftware (20,00 Euro).

Veranstaltung 151-24301D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 31.01.15, 9.00-16.00 Uhr
7 UStd., 62,70 Euro

Veranstaltung 151-24303D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.00 Uhr
7 UStd., 62,70 Euro

Tastaturschreiben für Jugendliche unter 16 Jahren

Die Arbeit am Computer macht viel mehr Spaß, wenn man nicht jede Taste einzeln suchen muss und sich auf den Bildschirm konzentrieren kann. Und auch für eine Bewerbung ist es nicht schlecht, den Besuch eines Schreibtraining-Kurses nachweisen zu können. In diesem Kurs wird die Tastaturbeherrschung systematisch eingeübt.
Eine regelmäßige Teilnahme wird bei Besuch von mindestens 80 % der Kurstermine bescheinigt.
Teilnahme ab 12 Jahren. Regelmäßiges Üben zu Hause ist erforderlich.
Das Entgelt ist bereits ermäßigt für Schüler(innen) und Auszubildende.

Veranstaltung 151-24201D
Eva Pingel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Do, 30.03.-02.04.15, 9.00-12.15 Uhr
16 UStd., 70,00 Euro

Grundlagen

EDV-Grundlagen: Einführung in die Bedienung eines PC

Die Veranstaltung führt systematisch in die Funktion und die Bedienung eines Computers (PC) ein und ist Grundvoraussetzung für die Arbeit mit den unterschiedlichsten Anwendungen und Programmen.
Die Teilnehmer(innen) erhalten einen Überblick über Aufbau und Leistungsmerkmale eines typischen PC-Systems für die Arbeit unter Windows.
Die Inhalte im Einzelnen:
- Hardware und Software: Ein Überblick
- Bedienung der Windows-Benutzeroberfläche (Fenster-Management)
- Organisation von Datenträgern, Ordner und Dateien
- Einblick in die Office Programme (Word, Excel, PowerPoint)
- Internetgrundlagen: World Wide Web und E-Mail

Veranstaltung 151-25000D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.00-21.15 Uhr, 28 UStd.
154,00 Euro

Veranstaltung 151-25002D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Mittwoch, ab 04.02.15
9.00-12.15 Uhr, 28 UStd.
154,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-25004D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 15.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 16.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 17.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 18.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 19.06.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-25010D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 20.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 21.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 23.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

EDV-Grundlagen: Einführung in die Bedienung eines PC

Bildungsurlaub

Veranstaltung 151-25011D
Emine Pirinc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 12.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 13.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 14.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 15.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 16.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

EDV-Grundlagen: Einführung in die Bedienung eines Apple-PC

Inhalte:

- Systematische Einführung in die Funktion und die Bedienung eines Apple- Computers (PC)
- Überblick über Aufbau und Leistungsmerkmale eines typischen Apple-PC-Systems für die Arbeit unter OS X, dem Betriebssystem der Apple-Computer
- Überblick über Hardware und Software
- Bedienung der typischen Benutzer oberfläche auf einem Apple-PC
- Organisation von Datenträgern, Ordnern und Dateien
- Herstellung einer virtuellen Windowsumgebung auf dem Apple-PC zum kurzen Einblick in die Windows Programme (Word, Excel, PowerPoint)
- Internetgrundlagen: World Wide Web und E-Mail
- Besprechung der Sicherungssoft ware: Time Machine **http://de.wikipedia.org/wiki/Time_Machine_(Apple)**

Bitte bringen Sie Ihre eigenen Apple-Laptops mit.

Veranstaltung 151-25006D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-21.15 Uhr
20 UStd., 110,00 Euro

Windows 8.1: Grundlagen des neuen Betriebssystems

Dieser Kurs bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem neuen Betriebssystem Windows 8. Es werden die Neuerungen von Windows 8 vorgestellt, die neue Oberfläche sowie die neuen Bedienungsmöglichkeiten.

Weitere Themen sind:

- Microsoft Store und das das Arbeiten mit Apps
- Programme aufrufen und beenden
- Daten mit dem neuen Explorer verwalten
- Fortlaufende Datensicherung
- Windows 8.1: In den Desktop booten und das Startmenü einrichten

So gelingt Ihnen der perfekte Einstieg/Umstieg in die Windows-8-Welt und Sie werden innerhalb kurzer Zeit in der Lage sein, die wesentlichen Funktionen von Windows 8 effizient zu nutzen.

Veranstaltung 151-25100D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.00-21.15 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Veranstaltung 151-25102D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Freitag, ab 08.05.15
18.00-21.15 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Windows 10: Grundlagen des neuen Betriebssystems

Dieser Kurs bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem neuen Betriebssystem Windows 10. Es werden die Neuerungen von Windows 10 vorgestellt, die neue Oberfläche sowie die neuen Bedienungsmöglichkeiten.

Weitere Themen sind:

- Die neuen Funktionen von Windows 10
- Update: Von Windows 7 nach Windows 10
- Microsoft Store und das das Arbeiten mit Apps
- Programme aufrufen und beenden
- Daten mit dem neuen Explorer verwalten
- Fortlaufende Datensicherung

So gelingt Ihnen der perfekte Einstieg/Umstieg in die Windows-10-Welt und Sie werden innerhalb kurzer Zeit in der Lage sein, die wesentlichen Funktionen von Windows 10 effizient zu nutzen. Gearbeitet wird mit der aktuellen Version von Windows 10. Sollte diese zum Zeitpunkt des Seminars noch nicht verfügbar sein, werfen wir einen Blick in die aktuelle Technical Preview.

Veranstaltung 151-25104D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Donnerstag, ab 11.06.15
18.00-21.15 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Openstreetmap (OSM)

Openstreetmap.de lautet die deutsche Internetadresse von einem im Jahre 2004 gegründeten internationalen Projekt mit dem Ziel, eine freie Weltkarte zu erschaffen. Dafür werden weltweit Daten über Straßen, Eisenbahnen, Flüsse, Wälder, Häuser und vieles mehr gesammelt.
Da Openstreetmap-Daten frei verfügbar sind, werden sie u. a. als Karten für Smartphones und Navigationsgeräte eingesetzt. Die Ziele und Möglichkeiten von Openstreetmap werden durch ein Dortmunder Mitglied des OSM-Projekts vorgestellt.

Veranstaltung 151-25131D
Marc Gehling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

PC Bastel-Workshop

Dieser Workshop soll den Teilnehmern/innen den Zusammenbau eines PCs aus seinen Einzelkomponenten erklären. Durch die „do it yourself" Methode lernen die Teilnehmenden die Technik zu verstehen und können anschließend selbst sicher ihre PCs zu Hause mit Prozessoren, Speicher und sonstigem Zubehör aufrüsten.
Keine Grundkenntnisse notwendig.

Veranstaltung 151-25132D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Musik am PC und im Internet

Aufbau eines digitalen Musikarchivs
Musik auf CD kaufen? Viel einfacher und günstiger ist es, die gewünschte Musik per Internet zu erwerben oder kostenlos bei diversen Internetradios mit zu schneiden und dann auf dem eigenen PC zu organisieren.
Dazu erfahren Sie, wie Sie Ihre CD-Sammlung einlesen sowie Schallplatten und Cassetten digitalisieren. Natürlich „betanken" Sie auch einen MP3-Player oder ein Handy mit Musik.
Bringen Sie dazu auch Ihr MP3-fähiges Handy oder Ihren MP3-Player mit. Im Kurs wird mit bewährten und kostenlos verfügbaren Softwareprodukten (z. B. Windows Media Player, Audacity etc.) gearbeitet.

Veranstaltung 151-25134D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Google & Co. Suchen und finden im Internet

In diesem Kurs soll mit der Suchmaschine Google gezeigt werden, wie man im Internet Informationen aller Art findet. Die Teilnehmer lernen Web-Seiten, Bilder, News und vieles andere zu finden. Google läßt sich zudem als Übersetzer oder Wörterbuch zu benutzen. Gezeigt wird, wie man

- nach Personen sucht
- Telefonnummern ermittelt
- im Usenet Informationen findet
- Software kostenlos herunter lädt
- sich in Verbraucherforen Rat holt und Preisvergleiche durchführt
- Abbildungen oder technische Informationen findet
- aktuelle Nachrichten liest
- sich eine Reiseroute ausrechnen lässt
- Online-Lexika und multimediale Nachschlagewerke benutzt.

Grundlagenkenntnisse EDV sind wünschenswert.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-25136D
Raimund Ulbrich
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Eltern und Kind – Ist mein Kind sicher bei Facebook?

Wie sicher ist das soziale Netzwerk Facebook? Ist es möglich, gewisse Inhalte zu sperren? Wie kann ich die Kontakte in diesem Netzwerk kontrollieren? Kann ich verhindern, dass mein Kind zu einem Mobbing-Opfer wird? Ab wann ein Kind für Facebook geeignet ist, hängt von der Entwicklung des Kindes ab, aber auch von der Tatsache, ob Eltern sie auf soziale Netzwerke wie Facebook vorbereitet haben.
Dieser Kurs richtet sich an Eltern und deren Kinder ab 10 Jahren, die zusammen an diesem Abend das soziale Netzwerk Facebook kennenlernen wollen.

Veranstaltung 151-25138D
Alexander Kindermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Jugendkurs – Sicherheit im Internet

Surfen und Einkaufen im Internet gehört inzwischen für viele Jugendliche zum Alltag. Wer in das Internet geht, sollte sich angemessen verhalten und grundlegende Vorkehrungen zur eigenen Sicherheit treffen.
Wer keine unangenehmen Überraschungen durch Viren, Würmer & auf einmal fehlendes Taschengeld auf dem PayPal Konto wünscht, ist hier genau richtig.
Dieser Kurs klärt über wichtige Vorbeugungsmaßnahmen auf und ist an Jugendliche gerichtet, die sich vor diesem Gefahren schützen wollen.
Gebühr für Jugendliche bereits ermäßigt – keine weitere Ermäßigung möglich.

Veranstaltung 151-25139D
Alexander Kindermann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 17.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

Sicher ist sicher: Strategien gegen Spyware, Viren und Trojaner

Ständig erscheinen in den Medien Meldungen über gefährliche Viren und Hackerangriffe, die PC-Netze überfluten und lahm legen. In dieser Veranstaltung wird informiert, welche Gefahren sich hinter den gebräuchlichsten Begriffen verbergen und wie man sich am besten vor ihnen schützen kann.

Veranstaltung 151-25140D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 29.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Virtualisierung: Verschiedene Betriebssysteme gleichzeitig

Mit der Technik der Virtualisierung ist es möglich, verschiedene Betriebssysteme parallel auf einem Computer zu betreiben.
Das ermöglicht das Testen verschiedener Betriebssysteme auf einem Rechner und die gefahrlose Testinstallation von Software. Sie werden in dem Kurs die Installation einer solchen virtuellen Maschine mit Windows und Linux kennen lernen.
Als Virtualisierungssoftware wird die kostenfreie Virtualisierungssoftware Virtualbox der Firma Oracle genutzt.

Veranstaltung 151-25141D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Grundkurs Systempflege

Sie arbeiten schon länger mit Computern, aber Ihr PC will nicht immer so, wie Sie wollen? Zeigen sie ihm die Sporen! Was ist ein Treiber, eine Festplatte, eine Partition, Arbeitsspeicher, DSL? Der Computer startet nicht mehr – sind meine Daten noch zu retten?
Der Kurs vermittelt allgemeinverständlich einen Blick hinter die Kulissen.
Der Kursinhalt reicht von der selbständigen Installation des Betriebssystems, Einrichtung der Treiber, Installation von wichtigen Standardprogrammen bis zur Pflege und Wartung eines PCs.

Veranstaltung 151-25142D
Raimund Ulbrich
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Montag, ab 09.03.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd.
66,00 Euro

Vom richtigen Umgang mit Passwörtern

Passwörter bestimmen unser digitales Leben. Bei der Nutzung des Smartphones, beim Zugang zum E-Mail Account und den sozialen Netzwerken oder bei Einkaufen über das Netz – überall benötigen wir Zugangsdaten, die in der Regel ein Passwort enthalten. Erhalten nun Fremde Zugriff auf unsere Passwörter (Passwortdiebstahl), können diese unsere Dienste missbrauchen.
In diesem Seminar erarbeiten wir uns Grundregel zum richtigen, sicherem Umgang mit Passwörtern und lernen Programme und Apps kennen mit denen wir sicheres Passwortmanagement betreiben können.
Smartphone, Tablet oder Laptop können gerne mitgebracht werden.

Veranstaltung 151-25143D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Ordner und Dateien richtig verwalten

Bei der Arbeit mit dem Computer sammeln sich auf der Festplatte viele Daten an. Sehr schnell wird es dann zu einem Problem, ein bestimmtes Foto oder einen vor einiger Zeit geschriebenen Brief wieder zu finden. Abhilfe schafft eine sinnvolle Strukturierung der Festplatte durch Ordner und Verzeichnisbäume.
Wie man diese unter Windows anlegt und verwaltet, wird in dieser Veranstaltung vermittelt.
Die Teilnehmer/innen lernen, wie man Ordner, Unterordner, Dateien erstellt, kopiert, verschiebt, umbenennt, löscht – und vor allem auch wieder findet.

Veranstaltung 151-25144D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 16.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Heim- und Drahtlos-Netzwerk (WLAN)

Für alle, die zu Hause ein kleines Netzwerk oder Drahtlos-Netzwerk aufbauen möchten. Ein WLAN-fähiges Notebook kann, falls vorhanden, mitgebracht werden.
Die Inhalte im Einzelnen:
- Grundlagen eines Netzwerkes
- Einrichten eines kleinen Netzwerkes
- Einrichten eines WLAN-Routers
- Einrichten eines WLAN-Client
- Reichweite
- Sicherheit: Freigaben Verschlüsselung.

Veranstaltung 151-25146D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Network Attached Storage (NAS)

Netzgebundene Speicher sind einfach zu verwalten. Sie werden eingesetzt, um ohne hohen Aufwand unabhängige Speicherkapazitäten in einem Rechnernetz bereitzustellen. In einem Haushalt gibt es heute eine Vielzahl netzwerkfähiger, elektronischer Endgeräte. Der Laptop der Tochter, das Tablet des Sohnes, der Arbeitsplatzrechner und auch das Smart-TV als Beispiele. Verwalten Sie zukünftig die eigenen Daten zentral mit NAS und greifen Sie problemlos auf die verschiedenen Geräte zu. Sie können sowohl mit dem Tablet als auch mit dem Smart TV die verschiedenen Inhalte ansehen.
Legen Sie Ihre Backups (Sicherkeitskopien) der einzelnen Endgeräte zentral auf NAS ab und administrieren Sie zentral. Mit Berechtigungen steuern Sie die Zugriffe Lesen/Schreiben) auf die verteilten Inhalte..

Veranstaltung 151-25147D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Auf der Fehlersuche

Wie oft passiert es, dass der PC nicht so will, wie er soll, dass er „sich aufhängt", nicht richtig startet, sich vermeintlich verstellt, dass Dateien verschwinden, dass ein Programm nicht mehr läuft?
An diesem Abend wird gezeigt, wie man die am häufigsten vorkommenden Fehler und Pannen beheben kann oder – noch besser – von Vornherein vermeidet.

Veranstaltung 151-25148D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Lernen Sie Ihr Notebook kennen

Kleiner als ein normaler Computer ist so ein Notebook, leichter ebenfalls. Aber ist es auch leichter bedienbar? Dieser Kurs hilft Ihnen, Ihr Notebook in den Griff zu bekommen. Bringen Sie Ihr Notebook mit in die VHS und gestalten Sie es nach Ihren Wünschen um.

Inhalte im Detail:

- was ist anders an einer Notebook-Tastatur?
- welche vorinstallierte Software brauche ich wirklich?
- wozu benötige ich all die Anschlüsse rundherum?
- wie gehe ich mit einem Notebook „richtig" um, damit es lange hält?

Weitere Themen sind zum Beispiel das Brennen von CDs und DVDs und das Einrichten von Virenscanner und Firewall.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-25150D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Die Cloud: Dropbox, Drive und Co

Computernutzer möchten heute mit verschiedenen Endgeräten (Smartphone, Tablet, Desktop) jederzeit an jedem Ort auf die die eigenen Daten zugreifen. Da das Internet heute fast überall ständig verfügbar ist, bietet es sich an die Daten aber auch Anwendungen und Applikationen in das Netz auszulagern.
Es lassen sich Dokumente, Bilder, Videos, Musik, Bookmarks, Kontakt- und Kalenderdaten über verschiedene Geräte speichern und austauschen.
Ein Überblick über die verschiedenen Cloudcomputing-Dienste, der richtige Umgang mit diesen Diensten gerade in Bezug auf Datenschutz und Datensicherheit (Verschlüsselung) werden aufgezeigt.

Veranstaltung 151-25152D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., entgeltfrei

Festplatten partitionieren und Images erstellen

Das System ist völlig durcheinander und langsam oder ein Virus hat es unbrauchbar gemacht. Abhilfe schafft ein Image der Festplatte, das gemacht wurde, als alles noch prima gelaufen ist. Spielt man diese zurück besitzt man nach wenigen Minuten wieder einen funktionierenden Rechner.
In diesem Kurs wird gezeigt, wie eine neue Festplatte eingebaut wird, wie ein Festplattenimage erstellt wird und dass es sinnvoll ist, seine persönlichen Daten auf einer eigenen Partition abzulegen.
Wie eine solche Partition im laufenden Betrieb ohne Datenverlust anzulegen ist, wird anhand verschiedener Programme gezeigt.

Veranstaltung 151-25156D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 24.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

E-Mail für Anfänger

Wie ist eine E-Mail-Adresse aufgebaut? Wie bekomme ich eine eigene E-Mail-Adresse? Wie erstelle ich eine E-Mail und wie kann ich E-Mails abrufen und lesen? Wie kann ich einen Anhang mit einer E-Mail verschicken und wie kann ich Anhänge öffnen? Wie kann ich das Windows-Adressbuch sinnvoll nutzen?

Veranstaltung 151-25157D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

E-Mail Anhänge

Wenn Sie Dokumente per Mail versenden möchten, ist es meist sinnvoll, diese zu komprimieren, um das Transfervolumen zu verringern. Fotos verkleinern und umbenennen (auch ganze Ordner) oder Dokumente ins PDF-Format umwandeln und dann als E-Mail-Anhänge verschicken ist Ziel des Kurses. Gearbeitet wird mit Freeware-Programmen wie Mozilla Thunderbird, Downsizer und Rename. Bitte bringen sie einen USB-Stick mit, um diese Programme zu kopieren.

Veranstaltung 151-25158D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

E-Mail – Sichere Kommunikation

Die Sicherheit digitaler Kommunikationsverbindungen rückte in den vergangenen Monaten verstärkt ins Licht der Öffentlichkeit. Die Veröffentlichungen rund um die NSA-Affäre haben gezeigt, dass Ver-bindungen permanent überwacht und die darüber geschickten Informationen ausgespäht werden. Zumindest gegen das Ausspähen der Informationen kann, mit wenigen Handgriffen, viel getan werden. Eine E-Mail ist wie eine Postkarte – offen, transparent und von jedem lesbar. Eine verschlüsselte E-Mail ist deutlich sicherer und erfordert nur minimalen Mehraufwand.

Veranstaltung 151-25160D
Fabian Deitelhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Smart Home: Vernetzung in der Unterhaltungselektronik

Computertechnik und klassische Unterhaltungselektronik wachsen zusammen. Musik und Videos werden über das Heimnetz an verschiedene Endgeräte in der Wohnung verteilt. Ein Smart-TV erlaubt an einem Sonntagabend den Tatort zeitverzögert zum Beispiel um 21.00 Uhr zu schauen.
Als Fernbedienung dient das Smartphone oder der Tablet-Computer. Einen Überblick über den Stand der Technik bietet diese Veranstaltung.

Veranstaltung 151-25170D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., entgeltfrei

Facebook & Co: Das Social Media-Prinzip

Das Web 2.0 hat unsere Kommunikation im privaten und beruflichen Bereich maßgeblich verändert. In dieser Abendveranstaltung erhalten Sie einen strukturierten Überblick über die verschiedenen Plattformen und Möglichkeiten. Außerdem sprechen wir über aktuelle Trends, betrachten wir gemeinsam erfolgreiche Fallstudien und diskutieren über Chancen und Risiken. Die Veranstaltung richtet sich an Menschen, die einen Überblick zu den Möglichkeiten der digitalen Medien erhalten möchten und für sich, sowohl privat als auch beruflich, relevante Plattformen erschließen wollen. Auch die Datenschutzeinstellung bei Facebook werden erläutert. Um das Erlernte praktisch anzuwenden, sollten Sie über eine E-Mail Adresse verfügen, die auch während des Kurses abgerufen werden kann.

Veranstaltung 151-25240D
Katharina Rieland
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Smartphones: Internet. Immer und überall. Grundkurse

Smartphones bieten Ihnen die Möglichkeit, das Internet immer bei sich zu tragen. Sie haben den Zug verpasst? Kurz mit Ihrem Smartphone die aktuellen Zugfahrpläne aufrufen. Sie haben sich beim Wandern verlaufen? Kurz ihr Navigationsprogramm aufgerufen, und die Richtung stimmt wieder. Sie sitzen schon im Zug müssen aber noch ein Manuskript versenden...

Themen:

- Die Anschaffung eines Smartphones
- Vergleich einzelner Anbieter, Kostenfallen?
- Betriebssysteme
- Kalender, Aufgaben verwalten, Email, Wetter, Nachrichten u.s.w.

Die Erklärungen basieren auf dem Android-Betriebssystem und eignet sich nicht für IPhone Benutzer. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit, gerne auch Ihren Laptop.

Veranstaltung 151-25301D
Thorsten Bachner
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Freitag, 06.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-25302D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 16.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Smartphones: Internet. Immer und überall. Aufbaukurs

Veranstaltung 151-253003D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 07.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Spaß und Sicherheit mit dem Tablet-Computer

Sie staunen, was mit Ihrem Android-Tablet möglich ist. Die wichtigsten Einstellungen werden erläutert.
Sie bekommen einen Überblick über den Play-Store und installieren interessante Apps auf Ihrem Tablet mit.
Sie lernen die Möglichkeiten mit Kalender, Kontakte und der bordinternen Kamera kennen.
Sie erfahren Kostenfallen und können diese Umgehen. Und vor allem – Sie haben Spaß mit Ihrem Tablet!

Mein Android Tablet

Grundkurs

Lerninhalte:

- Tablet mit einem Konto verbinden
- Anmelden bei Google
- E-Mail Konto einrichten
- Unterwegs im Internet
- Wireless Verbindung aufbauen
- Alternative Internetverbindung via Handy aufbauen
- Browser aufrufen, Lieblingsseiten zu Favoriten hinzufügen
- Die Kamera benutzen
- Fotos machen, präsentieren und teilen
- Apps
- Anmelden beim Play Store
- Apps installieren / entfernen
- Widgets verwalten
- Interessante und wertvolle Apps kennenlernen
- play books – Ihr Tablet als Ebook-Reader

Veranstaltung 151-25310D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Mein Android Tablet

Aufbaukurs

Lerninhalte:

- Multimedia
- Musik und Videos abspielen und verwalten
- Fernsehen auf dem Tablet
- play Movies – ihr Tablet als Videothek
- Mit Freunden in Kontakt bleiben
- Kontakte verwalten
- E-Mails verschicken
- Telefonieren mit dem Tablet via Skype
- Einstellungen
- Vorstellung der wichtigsten Einstellungen
- Einrichten eines Sperrbildschirmes
- Daten austauschen
- Vom Tablet ausdrucken

- Daten auf das Tablet bringen
- Organisation von Daten
- Sicherheit
- Daten sichern oder bei Verlust aus der Ferne löschen

Veranstaltung 151-25311D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

iPad und iPhone
für Anfänger
Lerninhalte:
- Grundfunktionen
- Grundeinstellungen
- SMS – schreiben – löschen
- Entwürfe speichern
- Safari benutzen
- Kalender, Notizen, Karten nutzen
- alles rund um die ID

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25350D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

iPad und iPhone
Grundkurse
Lerninhalte:
- Gerät, Hilfshardware und wichtigste Apps kennen lernen, um die volle Funktionstüchtigkeit nutzen zu können
- internet-Verbindung
- Herunterladen von 1-2 wichtigen Apps
- iTunes-store
- Finden nützlicher Apps

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25351D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.02.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-25359D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 05.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

iPad und iPhone
Aufbaukurs
Lerninhalte:
- Einrichten eines iTunes-Kontos und die Möglichkeiten, die es bietet
- Einrichten von VPN
- iPad mit PC verbinden, Backup,
- Daten vom PC übernehmen
- iPad mit Androidgeräten (z.B. Kalender synchronisieren)
- OneNote auf dem iPad, iPhone, PC und Androidgeräten
- Erläuterung einiger wichtiger Apps wie: Pages, Keynote, Numbers

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25352D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

IOS: Apps für das iPhone programmieren
Sie möchten Apps für das iPhone oder iPad entwickeln. Werfen Sie einen Blick auf die Entwicklung von Apps mit der Programmiersprache Objektive-C und Swift in der Entwicklungsumgebung Xcode. Sie erfahren den grundlegenden Aufbau einer App mit Xcode und die planungsrelevanten Gestaltungsrichtlinien anhand einfacher Beispiele, die Sie im iPhone Simulator nachvollziehen können. Sie erhalten einen **Überblick** wie Apps für das iPhone und das iPad entwickelt werden.

Veranstaltung 151-25354D
Norbert Usadel
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 9.00-13.00 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

iPad und iPhone: Apps, Apps, die besten Apps...
Lassen Sie sich in die Welt der Apps einführen. Es werden die wichtigsten und gebräuchlichsten Apps vorgestellt, erläutert und in ihrem Gebrauch erklärt.
Ob Rechnen, lernen oder Abnehmen, ob Sport oder Spiel, Kochen oder Lesen, Freizeit oder Beruf....für alles gibt es eine App.
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25355D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Apps auf iPad und Iphone: Bildbearbeitung
Lerninhalte:
1. Fotos laden
2. Bearbeitung (Skalieren, Helligkeit/Kontrast etc., Ebenen)
3. Rahmen, Text einfügen

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25356D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 30.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Apps auf iPad und iPhone: Pages – Numbers – Keynote
Lerninhalte:
Textverarbeitung (Pages)
1. Dokumente erstellen
2. Formatieren
3. Umwandeln

Tabellenkalkulation (Numbers)
1. Erstellen
2. Bearbeiten
3. Pages

Präsentationen (Keynote)
1. Erstellen
2. Bearbeiten
3. Medien einfügen

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25358D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 05.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-25360D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 18.06.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

iPad und iPhone: Sicherheit im Internet
Welche Gefahren lauern?
- Welche Angriffswege gibt es?
- Abzock-Websites
- Was ist SPAM, was tut man dagegen
- Sichere Passwörter
- Anonym online
- Verschlüsselungsverfahren
- Viren, Trojaner & Co
- Was sind cookies?
- Online banking
- Was machen Hacker eigentlich den ganzen Tag?
- Beispiele von Phishingmails und anderen Betrügereien

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-25362D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

EDV verstehen. Ein Einstieg für Senioren/innen
Sie wissen nicht, ob Sie einen Computer brauchen? Welche Möglichkeiten eröffnet ein solches Gerät? Macht es das Leben leichter oder komplizierter? Dieser Kurs führt Sie mit Muße in die Welt der EDV. Es wird erklärt, worauf man achten muß, wenn man sich einen Computer kaufen möchte. Alle Fachbegriffe werden verständlich erläutert, so dass Sie später im Laden genau wissen, worauf es ankommt. Außerdem werden wichtige Computerprogramme vorgestellt, Informationen zu Begriffen wie „Internet", „Facebook" oder „Twitter" werden gegeben und natürlich bekommen Sie verständliche Antworten auf alle Ihre Fragen. Nach diesem Kurs können Sie sich in der Welt der EDV orientieren und bei wichtigen Themen „mitreden".

Veranstaltung 151-25500D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Donnerstag, ab 05.02.15
9.00-12.15 Uhr, 12 UStd.
66,00 Euro

Veranstaltung 151-25501D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Montag, ab 01.06.15
14.30-17.45 Uhr, 12 UStd.
66,00 Euro

EDV-Basiswissen für Senioren/innen
Dieser Kurs richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die „nachberuflich" die Welt der Bits und Bytes kennen lernen möchten und über keinerlei oder nur geringfügige Kenntnisse im Umgang mit Computern verfügen.
Hier wird die Bedienung eines PCs von Grund auf erlernt und mit vielen Übungsmöglichkeiten ein praxisnaher Bezug zur Technologie und den Möglichkeiten eines Computers hergestellt. Ein eigener Laptop kann gerne mitgebracht werden.

Veranstaltung 151-25504D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 03.02.15
9.00-12.15 Uhr, 24 UStd.
132,00 Euro

Veranstaltung 151-25506D
Raimund Ulbrich
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Donnerstag, ab 16.04.15
14.30-17.45 Uhr, 24 UStd.
132,00 Euro

Veranstaltung 151-25510D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.02.15, 9.00-12.15 Uhr
Montag, 09.02.15, 9.00-12.15 Uhr
Montag, 23.02.15, 9.00-12.15 Uhr
Montag, 02.03.15, 9.00-12.15 Uhr
Montag, 09.03.15, 9.00-12.15 Uhr
Montag, 16.03.15, 9.00-12.15 Uhr
24 UStd., 132,00 Euro

Internet
für Senioren/innen

Lernen Sie die faszinierende Welt des Internet kennen: Technik, Zugangsmöglichkeiten, Software, Suchen und Finden im Internet, E-Mails empfangen und verschicken, Datensicherheit.
Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse.

Veranstaltung 151-25540D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Montag, ab 26.01.15
14.30-17.45 Uhr, 12 UStd.
66,00 Euro

Photoshop Elements
für Senior/innen

Sie haben sich mit Ihrer digitalen Kamera angefreundet. Die Bilder sind zwar ok, aber es fehlt noch „der letzte Schliff"? Hier erfahren Sie, wie Sie Ihre Fotos „auf Hochglanz polieren". Sie werden erleben, wie einfach es ist, die Farben frischer erscheinen zu lassen oder störende Bildelemente zu entfernen. Wir arbeiten mit dem kleinen Fotobearbeitungsprogramm „Photoshop Elements", das Digitalkameras oft kostenlos beigelegt ist oder nachträglich für unter 100,00 Euro erworben werden kann.
Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Auch der technische Laie ist willkommen. Sie können eigene Bilder auf einem Datenträger mitbringen.

Veranstaltung 151-25555D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Dienstag, ab 02.06.15
9.00-12.15 Uhr, 16 UStd.
88,00 Euro

E-Card NRW: Einführung und Prüfung
E-Card Kurzkurs und Prüfung

Die e-card-NRW ist das landesweit erfolgreichste Lehrerfortbildungskonzept der vergangenen zehn Jahre für den Bereich der neuen Medien. 1999 auf Initiative des Schulministeriums NRW und des Landesverbandes der Volkshochschulen ins Leben gerufen, wurde sie seit 2000 von mehr als 20.000 Lehrerinnen und Lehrern erworben. Nach einer Auffrischung der bereits vorhandenen EDV Kenntnisse endet die Veranstaltung mit der Prüfung zur E-Card.

Inhalte:
- Dateimanagement
- Textverarbeitung
- Multimediale Präsentation
- Tabellenkalkulation
- Internet und Einsatz von neuen Medien für das Lernen

Veranstaltung 151-25999D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 25.06.15, 17.00-21.15 Uhr
5 UStd., 55,00 Euro

Einführung in die Office-Programme Word und Excel

Der Kurs gibt Teilnehmern die Möglichkeit, die Programme Word und Excel näher kennen zu lernen.
Die Textverarbeitung Word bietet umfangreiche Möglichkeiten, Texte zu erstellen und aufzubereiten. Word eignet sich für einfache Briefe genauso wie für Rechnungen, für Serienbriefe, Einladungen, Referate oder Handbücher. Das Tabellenkalkulationsprogramm Excel ist nicht nur fähig, Kalkulationen zu erstellen. Es eignet sich genauso gut als einfache Datenbank für alle, denen andere Datenbanken zu kompliziert sind. Grundlagen-Kenntnisse im Umgang mit Windows werden für diesen Kurs vorausgesetzt.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26004D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 04.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 05.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 06.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 07.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 08.05.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Veranstaltung 151-26006D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Mittwoch, ab 20.05.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
132,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26008D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 12.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 13.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 14.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 15.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 16.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Einführung in Mindmap mit Xmind

Um Gedanken, Ausarbeitungen oder Ideen strukturiert am Computer darstellen zu können, werden Mindmap-Programme eingesetzt.
Zu diesem Zweck wird in diesem Kurs die kostenlose Version der Software XMind benutzt, welche Sie für Ihre Zwecke auch am eigenen Rechner kostenlos benutzen können.

Inhalte:
- Grundprinzipien und Hintergründe des Mindmappens (Anwendungsbeispiele)
- Maps erstellen: gestalten, Zweige einbinden, ergänzen, bearbeiten
- Icons benutzen und Formatieren
- Notizen und Beschriftungen einbinden
- Verbindungen
- Maps speichern und öffnen

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse. Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Veranstaltung 151-26100D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Mindmap mit Xmind
Aufbaukurs

Inhalte:
- Eigene Vorlagen erstellen
- Dateien und Internetseiten einbinden
- Projekte aufsplitten
- Verknüpfungen zu „externen" Dateien und Knoten schaffen
- Exportieren der Maps in andere Formate

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse. Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Veranstaltung 151-26101D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 13.00-16.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Fit fürs Büro. Schwerpunkt Word

Die Veranstaltung führt systematisch in die Funktion und die Bedienung eines Computers (PC) ein und ist Grundvoraussetzung für die Arbeit mit den unterschiedlichsten Anwendungen und Programmen. Die Teilnehmer(innen) erhalten einen Überblick über Aufbau und Leistungsmerkmale eines typischen PC-Systems für die Arbeit unter Windows.

Die Inhalte im Einzelnen:
- Hardware und Software: Ein Überblick
- Bedienung der Windows-Benutzeroberfläche (Fenster Management)
- Organisation von Datenträgern, Ordner und Dateien
- Internetgrundlagen: World Wide Web und E-Mail
- Kurzeinführung in das Office Programm Word (20 USt.)

Grundlagen-Kenntnisse im Umgang mit Windows werden für diesen Kurs nicht vorausgesetzt.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26200D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 13.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 14.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 15.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 16.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 17.04.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Word spezial: Zeichen- und Absatzformatierung

Um ein Word-Dokument vernünftig zu gestalten sind nur sehr wenige Informationen nötig.
Immer wieder bekommt man Dokumente oder Texte zu Gesicht, die nur „furchtbar" sind, wie Unterstreichungen, Abstände, schlechte Formatierungen... Die Grundlagen der Typographie, Grundeinstellungen in Word sowie die Gestaltung eines Dokumentes werden in diesem Kurs vermittelt. Kenntnisse in Word sind nicht nötig.

Veranstaltung 151-26202D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 05.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Briefgestaltung nach DIN 5008

Ein professionelles Anschreiben ist die Grundlage der Unternehmenskommunikation. In Deutschland existiert sogar eine Din-Norm zu diesen Thema. DIN 5008 legt Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung fest. Sie gehört zu den grundlegenden Normen für Arbeiten im Büro- und Verwaltungsbereich. In dieser Veranstaltung wird in Word ein Brief auf Basis dieser Norm entwickelt.

Veranstaltung 151-26203D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Textbausteine und Autotext

Viele Arbeiten können in einer Textverarbeitung automatisiert und damit vereinfacht werden. Mit wenigen Klicks können in Sekundenschnelle ganze Dokumente fertig gestellt werden. Wiederkehrende Inhalte können als Autotext-Elemente abgelegt und bei Bedarf mit Tastenkürzeln aufgerufen werden. Grundlegende Kenntnisse in Word sind notwendig.

Veranstaltung 151-26204D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 23.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Format- und Dokumentvorlagen

Lange Dokumente schnell formatieren, Überschriften erzeugen und „mal eben" ein Inhaltsverzeichnis erstellen wird in diesem Kurs geübt. Fuß- oder Endnoten, Aufzählungen und Nummerierungen sind ebenfalls Bestandteile dieses Kurses.
Format- und Dokumentvorlagen sind extrem hilfreich beim Erzeugen von langen, einheitlich Formatierten Dokumenten, wie zum Beispiel Seminararbeiten für das Studium.
Grundlegende Kenntnisse in der Textverarbeitung Word sind notwendig.

Veranstaltung 151-26205D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 23.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Grafiken und Textfelder

Möchten Sie einen Flyer erstellen, eine Einladung schreiben oder auch ihre Urlaubsfotos beschriften? Wollen Sie Grafiken in einen Text einbinden oder über einen Text legen, frei positionieren und verändern? Sollen ihre Fotos in überlappender Darstellung angezeigt werden? Solche und viele andere Aktionen können mit der Textverarbeitung Word leicht realisiert werden. Auch das Arbeiten mit Textfeldern ist bei der Gestaltung von Werbetexten, Vereinsbroschüren usw. ein hilfreiches Mittel, um optisch ansprechende Ausdrucke zu erstellen. Anhand vieler Beispiele werden die oben genannten Aufgaben gelöst.
Grundlegende Kenntnisse der Textverarbeitung Word sind notwendig.

Veranstaltung 151-26206D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 30.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Seriendokumente

Eine der herausragenden Möglichkeiten der Textverarbeitung ist das Erzeugen von Seriendokumente. Sie können gleichlautende Briefe mit einer individualisierten Anschrift und Anrede an viele Personen gleichzeitig versenden. Mit der gleichen Technik können dann Umschläge beschriftet oder Adressettiketten erzeugt werden. Als Basis dient eine professionelle Briefvorlage gemäß DIN 5008, wie sie in Kurs 142-26203 entwickelt wurde.
Grundlegende Kenntnisse des Textverarbeitung Word sind erforderlich.

Veranstaltung 151-26207D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 07.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Formulare

Sie möchten Word-Dokumente erzeugen, in denen nur gewünschte Bereiche ausgefüllt werden können und Änderungen im vorgefertigten Text nicht erlaubt sein sollen? Die Gestaltung solcher Formulare, das Erstellen geschützter Bereiche und die Absicherung der Formulardokumente durch Kennwörter sind die Lernziele dieser Veranstaltung.
Grundlegende Kenntnisse der Textverarbeitung Word sind erfolgerlich.

Veranstaltung 151-26208D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 21.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Word spezial: Tabellen

Spalten und Zeilen im Griff. Zellen ausrichten, formatieren und verbinden. Tabellen sind häufig die optimale Lösung um anschauliche Ergebnisse zu erreichen.
Das Erstellen eines Stundenplans oder einer Preisliste, ist mit der Tabellenfunktion von Word ein Kinderspiel. Auch einfache Berechnungen sind mit Word möglich. Wenn es umfangreicher wird, hilft Excel und das Einbinden von Excel-Tabellen in Word-Dokumenten.

Veranstaltung 151-26209D
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel: Einführung in die Tabellenkalkulation

Microsoft Excel bietet als professionelles Tabellenkalkulationssystem viele Möglichkeiten zur Organisation und Präsentation von Daten.
Dieses Seminar vermittelt die Grundlagenkenntnisse für den Aufbau und die Entwicklung von Tabellen und die anschließende grafische Aufbereitung der Daten. Außerdem wird das Erstellen und Bearbeiten von Formeln für automatisierte Rechenoperationen behandelt. Grundlagen-Kenntnisse im Umgang mit Windows werden vorausgesetzt.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26304D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 20.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 21.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 23.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Veranstaltung 151-26310D
Emine Pirinc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.00-21.15 Uhr, 28 UStd.
154,00 Euro

Veranstaltung 151-26312D
Emine Pirinc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-21.15 Uhr, 28 UStd.
154,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26314D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 18.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 19.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 20.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 21.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 22.05.15, 9.00-16.00 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Excel: Fortgeschrittene Anwendungen.

Microsoft Excel bietet neben seinen grundlegenden Funktionalitäten noch vielfältige Möglichkeiten zur Optimierung von Arbeitsmappen und Tabellen, die in diesem Seminar behandelt werden: Ansichten und Gliederungen, Verknüpfen und Konsolidieren von Tabellen, Formatvorlagen und Mustervorlagen, Dateischutz und Zellschutz, Datenbanken, Autofilter, Spezialfilter, Datenbankfunktionen, Erstellen von Pivot-Tabellen, Geschachtelte Wenn-Funktion und S-Verweis-Funktion, Arbeiten mit dem Szenario-Manager, Erstellen von Makros mit dem Makro-Recorder, Kommunikation mit anderen Anwendungen. Grundlagen-Kenntnisse im Umgang mit Excel werden vorausgesetzt.

Veranstaltung 151-26316D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Dienstag, 17.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Dienstag, 24.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Dienstag, 14.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Dienstag, 28.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Dienstag, 05.05.15, 18.00-21.15 Uhr
132,00 Euro

Excel spezial: Rechnen mit Datum und Uhrzeit.

Wer ist noch nicht darüber gestolpert, dass eine Eingabe in eine Zelle plötzlich als Datum dargestellt wir und wenn wir dann wirklich einmal mit Datum und Uhrzeit rechnen müssen, dann bekommen wir „falsche" Ergebnisse. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie „unfallfrei" mit Excel Datum und Uhrzeit nutzen können.

Veranstaltung 151-26318D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel spezial: Matrixfunktion

Mit Matrixfunktionen sind nicht nur die in Excel hinterlegten Funktionen zur Berechnung von Matrizen gemeint. Es handelt sich hier auch um die Möglichkeit der individuellen Berechnung. Es werden aber auch die Funktionen wie z. B. ADRESSE und INDEX behandelt. Also die „vorgefertigten Formeln" die mit Excel mitgeliefert werden.

Veranstaltung 151-26320D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel spezial: Wenn-Funktion & SVERWEIS-Funktion

Besonders an der Wenn-Funktion geht in der Praxis selten ein Weg vorbei. Kennen Sie aber die Möglichkeiten des Einsatzes in der Praxis wirklich? Zum Beispiel die Möglichkeiten der Verschachtelung oder der „UND oder ODER-Verknüpfung"? Auch der SVERWEIS bietet viele Möglichkeiten, Ihnen im Alltag zu helfen.

Veranstaltung 151-26322D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel spezial: Weitergabe von Ergebnissen

In diesem Kurs geht es nicht nur um die reine Weitergabe von Ergebnissen als Druck, sondern auch um die Weitergabe als Datei mit den Schutzmöglichkeiten in Excel, denn Ihre Ergebnisse sollen ja nicht immer verändert werden können und die Quelldaten sollten vor der Einsicht geschützt werden. Ebenso ist die Weitergabe von Informationen als Verknüpfung ein Thema.

Veranstaltung 151-26324D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 17.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel spezial: Pivot

Es handelt sich hierbei um ein sehr vielseitiges Instrument zur Auswertung von Listen bzw. Datenbanken. Es gibt Pivotfunktionen in Excel die dem Anwender helfen, schnell und sicher sein Ergebnis zu erhalten und das immer wieder aktuell. Zu jeder Zeit aktuelle Auswertungen in der Form, wie man sie benötigt!

Veranstaltung 151-26326D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel spezial: Mit Makros und VBA optimieren

Mit der Möglichkeit Makros aufzuzeichnen bietet Excel schon eine sehr gute Möglichkeit die tägliche Arbeit mit Excel zu vereinfachen. Jedoch spätestens, wenn man ein Makro ändern möchte tauchen viele Fragen auf. In diesem Kurs werden folgende Themen behandelt:

1. Erstellen von Makros
2. Starten von Makros
3. Ändern von Makros = Erster Kontakt mit dem VBA-Editor
4. Erstellen von eigenen Funktionen in Excel

Veranstaltung 151-26327D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Excel spezial: Diagramme

Lernen Sie an einem Freitagabend fundiert und professionell die Möglichkeiten von Excel kennen, Daten mit Hilfe von Diagrammen zu visualisieren.
Zu den bekannten Möglichkeiten erarbeiten Sie für Ihren Büroalltag:

- 2.Y-Achse
- spezielle Formatierungen und Einstellungen
- Anzeigen von Trendlinien
- Darstellung in Pivot-Charts

Veranstaltung 151-26328D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 29.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Excel spezial: VBA Programmierung für Excel

Visual Basic for Applications – Einführung
In Excel steht eine leistungsfähige Programmiersprache (VBA) zur Verfügung, die es gestattet, viele Abläufe zu automatisieren. Der Grundlagenkurs befähigt dazu, eigene VBA-Programme zur Lösung von komplexen Excel-Aufgaben zu erstellen.
Alle Programmiertechniken werden mit vielen praktischen Beispielen geübt.
Inhalte: Entwicklungsumgebung, Kontrollstrukturen, Unterprogramme und Funktionen, Umgang mit dem Objektmodell von Excel, Makroaufzeichnung, Dateiverwaltung, Fehlerbehandlung, Testhilfen.
Voraussetzung für den Kursbesuch sind Erfahrungen mit Windows und Excel. Darüber hinaus sind Kenntnisse im Programmieren von Vorteil, aber nicht Bedingung.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26329D
Nevzat Kerman
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Do, 27.04.-30.04.15, 9.00-17.30 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Outlook

Outlook ist der Personal Information Manager in MS Office. Im Seminar werden behandelt: Elektronische Post, Kalender, Kontaktverwaltung, Aufgabenverwaltung, Journal und Notizen.

Veranstaltung 151-26504D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-26506D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Einführung in die MS-Office-Programme Outlook und Powerpoint

Der Kurs gibt Teilnehmern die Möglichkeit, die Programme Outlook und Powerpoint, die im Büroalltag unentbehrlich sind, näher kennen zu lernen. Mit Outlook läßt sich der gesamte Tagesablauf übersichtlich organisieren. Ob es um E-Mails, Adressverwaltung oder den Terminkalender geht, mit Outlook behalten Sie stets den Überblick. Seine besondere Stärke entfaltet das Programm, wenn es um die Zusammenarbeit der einzelnen Element miteinander geht. PowerPoint ist ein komfortables Programm, mit dessen Hilfe hochwertige Präsentationen erzeugt werden können. Es erlaubt sowohl die schnelle und übersichtliche Gestaltung von Texten als auch die Einbindung von Grafiken, Diagrammen etc., .

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26550D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 12.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 13.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 14.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 15.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 16.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Präsentation und Professionelles Gestalten

Powerpoint: Schnupperabend

Powerpoint ist derzeit das am weitesten verbreitete Präsentationsprogramm. Nach Schätzungen von Microsoft werden damit täglich rund 30 Millionen Präsentationen erstellt. Dabei hilft Powerpoint dem Anwender im beruflichen Bereich sehr schnell und übersichtlich – auch schwierige Inhalte – zu gestalten und zu vermitteln. Für die private Anwendung ist die Präsentation von Urlaubsbildern und -filmen zu empfehlen. Das Programm ist deshalb so verbreitet, weil auch der ungeübte PC-Anwender nach kurzer Einweisungszeit professionelle Präsentationen erstellen und vorführen kann. An diesem Abend wird ein Überblick über das Programm und seine Möglichkeiten gegeben. Im Rahmen der Orientierungswoche ist diese Veranstaltung entgeltfrei.

Veranstaltung 151-26602D
Hans Niehörster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.30-20.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Präsentationsgrafik mit Powerpoint: Grundkurs

Powerpoint ist ein komfortables Programm, mit dessen Hilfe hochwertige Präsentationen erzeugt werden können. PowerPoint erlaubt sowohl die schnelle und übersichtliche Gestaltung von Texten als auch die Einbindung von Grafiken, Clip-Arts, Diagrammen etc., die mit anderen Programmen erstellt wurden.
Ziel des Seminars ist es, die Technik für die effektive Erstellung ansprechender Präsentationen zu vermitteln.

Veranstaltung 151-26606D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 04.05.15, Montag, 11.05.15
Montag, 18.05.15, Montag, 01.06.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd.
88,00 Euro

Veranstaltung 151-26608D
Hans Niehörster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 23.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 30.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 07.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 21.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 28.05.15, 18.00-21.15 Uhr
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd.
88,00 Euro

Präsentationstechnik mit Powerpoint: Aufbaukurs

Inhalte:

- Auffrischung und Erweiterung
- PowerPoint
- Vorstellen von speziellen Features
- Einbindung von Diagrammen
- Einbindung von Filmen und Sound
- Hintergrundbearbeitung
- Animationspfade
- Triggern anhand von aktuellen Beispielen
- 3 D - Anwendungen
- Folienübergänge
- Möglichkeiten von Folienübergängen
- Bearbeitung der o.a. Features in einer eigenen Präsentation
- Gedankliche und praktische Vorbereitung einer Präsentation
- Verlinkung mehrer Präsentationen
- Vorbereiten der Präsentation für interne, externe Anwendung (Speichern auf portable Speicher)
- Prüfen, Verwenden und Handhabung der Präsentationsgeräte (Beamer, Großbild-TV, Overheadprojektor)
- Verfahren der Durchführung und Darstellung der Präsentation (Interaktiv, Frontal, Freies Sprechen, Formal (mit Sprechtext))
- Durchführung einer Präsentation zu einem speziellen Thema

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-26610D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Powerpoint spezial: Die eigene Präsentation optimieren

Egal, ob Sie nur handschriftliche Skizzen, die Sie für eine Präsentation nutzen wollen, oder bereits digitalisierte Dokumente haben, die gezeigt werden sollen, in diesem Workshop werden Sie bei der Erstellung Ihrer Präsentation unterstützt. Wir werden gemeinsam Ihre Aufzeichnungen in aussagekräftige Folien umwandeln. Wenn Sie schon eine Präsentation zu einem bestimmten Thema haben, werden wir diese in diesem Workshop bearbeiten: Gemeinsam werden wir Ihre Präsentation analysieren, bearbeiten und ausfeilen, werden kreative Animationen nutzen und/oder ihr altes Präsentationslayout in ein neues umwandeln. Eigene PPT-Vorlagen, Bilder oder auch Filme können mitgebracht werden.

Veranstaltung 151-26612D
Hans Niehörster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Powerpoint spezial: Folienmaster effizient nutzen

Durch Folienmaster in Powerpoint lässt sich viel Aufwand und vor allem Zeit sparen.

Auf dem Folienmaster baut sich das gesamte Erscheinungsbild der Präsentation auf, in der Infos über das Folienlayout und -design wie Hintergrund, Schriftfarbe und Effekte gespeichert werden. So können Sie universelle Änderungen des Formats vornehmen, die dann auch auf neu angelegte Folien der Präsentation übertragen werden können.

Veranstaltung 151-26613D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 23.02.15,18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Präsentationstechnik mit Powerpoint Grundkurs

Powerpoint ist ein komfortables Programm, mit dessen Hilfe hochwertige Präsentationen erzeugt werden können. PowerPoint erlaubt sowohl die schnelle und übersichtliche Gestaltung von Texten als auch die Einbindung von Grafiken, Clip-Arts, Diagrammen etc., die mit anderen Programmen erstellt wurden. Ziel des Seminars ist es, die Technik für die effektive Erstellung ansprechender Präsentationen zu vermitteln.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-26614D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 06.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 07.06.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

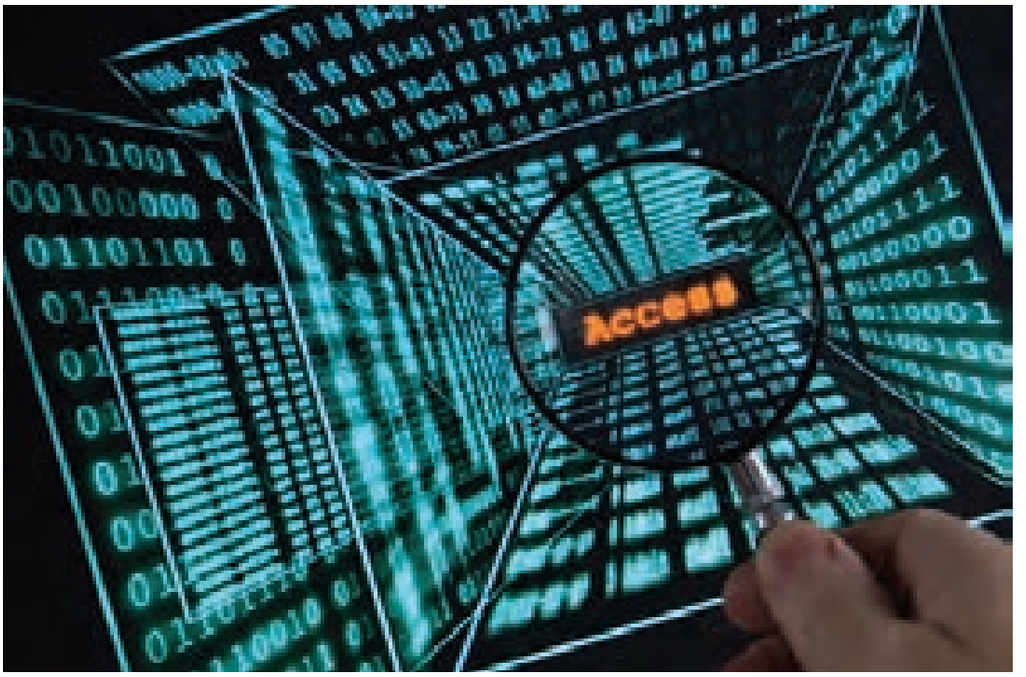
Powerpoint spezial: Die eigene Diashow erstellen

Powerpoint ist ein vielseitiges Programm, das nicht nur zur Unterstützung beruflicher Präsentationen eingesetzt werden kann. So kann man zum Beispiel auch aus den eigenen Urlaubsbildern eine professionell wirkende Diashow erstellen, die sich – auf CD gebrannt – über den Computer, den Fernseher oder einen Beamer vorführen lässt. Wie das funktioniert, wie man die Bilderfolge komponiert, kommentiert und mit Musikbegleitung oder kleinen Filmen ergänzt, soll in diesem Workshop erarbeitet werden. Eigene Bilder können mitgebracht werden.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-26616D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Präsentieren für Senioren auf der Grundlage von Powerpoint

PowerPoint ist ein komfortables Programm, mit dessen Hilfe hochwertige Präsentationen erzeugt werden können. PowerPoint erlaubt sowohl die schnelle und übersichtliche Gestaltung von Texten als auch die Einbindung von Grafiken, Clip-Arts, Diagrammen etc., die mit anderen Programmen erstellt wurden.



Ziel des Seminars ist es, die Technik für die effektive Erstellung ansprechender Präsentationen zu vermitteln.
Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Veranstaltung 151-26618D
Hans Niehörster
Dorstfeld
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Grundlagen der Präsentationstechnik mit Microsoft Powerpoint

Inhalte:
Erarbeiten der Grundlagen zur Darstellung einer Präsentation.
Erarbeiten einer eigenen, persönlichen Präsentation anhand eines eigenen Themas (dazu können eigene Bilder oder Filme genutzt werden).
Verlinkung mehrerer Präsentationen oder anderer Dateien.
Vorbereiten der Präsentation für interne und externe Anwendung.
Prüfen, Verwenden und Handhabung der Präsentationsgeräte (Beamer, TV, Overheadprojektor).
Verwendung von Hilfsmitteln wie Laserpointer, Handout, Videofilm etc.
Vorbereitung, Durchführung und Darstellung einer Präsentation (Interaktiv, Frontal, Freies Sprechen).Kurzes Vorstellen der eigenen Präsentation.
Grundkenntnisse in MS Office sollten vorhanden sein.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26620D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Do, 12.01.-15.01.15, 9.30-16.30 Uhr
Fr, 16.01.15, 9.30-12.45 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26622D
Hans Niehörster
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Fr, 13.04.-17.04.15, 9.30-16.30 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Datenbanken

Die Datenbanksprache SQL

SQL (Structured Query Language) ist die Standardsprache für relationale Datenbanksysteme, um sowohl Datenbanken und Tabellen zu erstellen als auch Tabellendatensätze zu selektieren, zu ändern, zu löschen und neu hinzuzufügen.
Wer SQL beherrscht, kann sich schnell in die Datenbanksysteme der jeweiligen Hersteller einarbeiten.
In diesem Kurs soll in die Grundlagen der SQL-Programmierung am Beispiel des weit verbreiteten und kostenlosen Microsoft SQLExpress eingeführt werden.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-26700D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 18.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 19.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 20.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 21.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 22.05.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Grundlagen der Datenbanknutzung mit Access

Der Kurs richtet sich ausschließlich an **Nutzer** von Datenbanken, die erfahren möchten, wie diese Programme aufgebaut sind.
Die einzelnen Objekte einer Datenbank werden erläutert, außerdem lernen die Teilnehmer, selbst eine **einfache** Datenbank mit Hilfe von Access zu erstellen. Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Grundkenntnisse des Betriebssystems Windows (Dateisystem) und des Programms Excel (Tabellen, Funktionen, Verknüpfungen).

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-26702D
Hans-Dieter Letschert
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 28.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 29.03.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Datenbankprogrammierung mit Access

Das Datenbankprogramm Access enthält alle Werkzeuge zur Erstellung von Datenbanken.
In diesem Kurs lernen die Teilnehmer eine Datenbank ohne Hilfe der Assistenten zu erstellen. Sie planen eine Datenbank, erstellen die Tabellen, legen die Eigenschaften fest und nutzen diese Daten dann mit Formularen, Berichten und Abfragen.Voraussetzung für die Teilnahme sind sehr gute Grundkenntnisse des Betriebssystems Windows und des Programms Excel.

Veranstaltung 151-26704D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 18.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 25.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 04.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 11.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 18.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 25.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 15.04.15, 18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Workshop zu Datenbanken I mit Access

Inhalte:
1. Datenbanktheorie
2. Tabellen
3. Abfragen „Queries“

Veranstaltung 151-26706D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Workshop zu Datenbanken II mit Access

Inhalte:
1. Formulare
2. Berichte
3. Makros

Veranstaltung 151-26708D
Hans-Dieter Letschert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 21.06.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Das Cewe-Fotobuch – Kurs mit Gutschein

Persönlich gestaltete Fotobücher sind das Trendprodukt im Bereich der digitalen Fotografie.
Mit Hilfe einer Gestaltungs-Software entstehen regelrechte Bildbände, die private Erlebnisse wie Urlaubsreisen, Familienfeste u.v.m. eindrucksvoll präsentieren.
Fotobüchern dienen aber nicht nur dazu, Fotos und Erlebnisse zu präsentieren, sondern auch dazu, sie zu archivieren und in besonderer Form zu verschenken.
Dieses Seminar führt in die Grundlagen der Gestaltung ein und erläutert umfassend die Anwendung der Spezialsoftware des Marktführers Cewe.
Alle Teilnehmenden erhalten einen Gutschein im Wert von 26,95 Euro von Cewe für die Erstellung eines individuellen Fotobuches.

Veranstaltung 151-27003D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 08.02.15, 9.00-14.30 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Veranstaltung 151-27004D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 19.04.15, 9.00-14.30 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Veranstaltung 151-27005D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 27.06.15, 9.00-14.30 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Veranstaltung 151-27006D
Michael Schmidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-20.15 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Veranstaltung 151-27007D
Michael Schmidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Mittwoch, ab 29.04.15
18.00-20.15 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Veranstaltung 151-27008D
Michael Schmidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Mittwoch, ab 20.05.15
19.30-21.45 Uhr
6 UStd., 33,00 Euro

Picasa. Bildbearbeitung leicht gemacht

Picasa ist eine kostenlose Software zu Bildbearbeitung von Google. Das Programm ermöglicht Verwaltung, Bearbeitung und Veredlung von Fotos.
Inhalte dieses Einsteiger-Seminars:
- Picasa installieren und konfigurieren
- Ordner und Galerien anlegen und verwalten: Sammeln, Sortieren, Gruppieren, Verschlagworten
- Gesichtserkennung und Georeferenzierung
- Bildbearbeitung: Größenänderung und Ausschnitte, Helligkeit und Kontrast, Retusche und Effektfilter
- Stapelverarbeitung: Viele Bilder gleichzeitig ändern
- Poster, Collagen, Filme, Diashows
- Mit Webalben Bilder teilen

Veranstaltung 151-27000D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Digitalfotos verwalten und organisieren

In diesem Seminar werden Kenntnisse über ddie Verwaltung und Organisation von digitalen Bildern vermittelt. Große Bildbestände müssen sinnvoll benannt, geordnet, archiviert und gesichert werden.Einfach zu bedienende Programme helfen schnell und einfach Bilder nach selbst festgelegten Schlüsselwörtern abzulegen.
Der Import von Bilddaten von der Digitalkamera, grundlegende Bildbearbeitungen sowie die Datensicherung runden dieses Einsteigerseminar ab.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-27001D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Photoshop Elements

Adobe Photoshop Elements ist eine preisgünstige Komplettlösung für Hobby-Fotografen mit Anspruch.
Es bietet
- Intuitive Gestaltung eindrucksvoller Bilder
- Flexible Optionen für Fotoprojekte
- Vielseitige Präsentation von Fotos in interaktiven Online-Alben und auf mobilen Endgeräten
- Zentrale Verwaltung und automatisierte Filterung von Foto- und Videosammlungen

Mit den leistungsstarken und dennoch einfach zu bedienenden Werkzeugen zeigen Sie Ihre Fotos von der schönsten Seite. Dank automatisierter Funktionen geht die Verwaltung Ihrer Bildbestände leicht von der Hand.

Veranstaltung 151-27010D
Raimund Ulbrich
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
4 x Mittwoch, ab 04.03.15
18.00-21.15 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-27012D
Raimund Ulbrich
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
4 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-21.15 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Adobe Lightroom

Der Kurs bietet eine Einführung in Lightroom. Bildbearbeitung, Bildbeurteilung, Archivierung gehören zum Workflow des Programms.
Zielsetzung von Lightroom ist den Arbeitsaufwand in der Nachbearbeitung zu verringern. Genutzt wird die aktuelle Version Lightroom 5.

Veranstaltung 151-27050D
Raimund Ulbrich
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
2 x Montag, ab 13.04.15
18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-27051D
Raimund Ulbrich
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
2 x Dienstag, ab 03.03.15
18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Adobe Photoshop

Adobe Photoshop Grundlagen

Photoshop ist das Profi-Programm für die digitale Bildbearbeitung. **Schwerpunkte sind:**
- Grundlagen der elektronischen Bildbearbeitung: Dateiformate, Vektorgrafik-Pixelgrafik, Farbpaletten
- Scannen und Drucken: alles über Auflösung, Farbtiefe, Bildgröße
- Aufbereiten von Fotografien durch digitale Photoretusche
- Erstellen digitaler Collagen durch Ausschneiden und Hinzufügen verschiedener Bildelemente
- Kreative Bildgestaltung durch Anwenden von Effektfiltern
- Erstellung eigener Grafiken z. B. für die Homepage.

EDV Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27100D
Michael Albers
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27101D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Adobe Photoshop kompakt

Photoshop ist das Profi-Programm für die digitale Bildbearbeitung.
Schwerpunkte in diesem Bildungsurlaub sind die Themen des Grundlagenkurses.
Darüber hinaus wird besonderer Wert auf die vertiefende Arbeit mit den unterschiedlichen Werkzeugen und Freistellungstechniken und auf die Verwendung von Ebenen gelegt. EDV Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27110D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Do, 12.01.-15.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 16.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27111D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 08.06.-12.06.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27112D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 13.04.-17.04.15
9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27113D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Samstag, 28.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.00-16.00 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Photoshop spezial: Ebenen

Lernen Sie die verschiedenen Ebenentypen und die Vorteile der Arbeit mit Ebenen in Photoshop kennen.
- Ebenenfunktion, erstellen, bearbeiten, Ebenentypen (Hintergrund-, Einstellungs-, Text-, Smart-Objekt- und „normale“ Ebenen)

und
- Ebeneneigenschaften (Füllmethoden, Transparenzen)
- Ebenengruppen
- Ebenen verschieben, verbinden, reduzieren
- Ebenenstile/effekte
- Ebenenmaske

Veranstaltung 151-27120D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 08.03.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Photoshop spezial:
Fotos restaurieren
Retten Sie Ihre alten Fotos und frischen liebgewonnene Erinnerungen wieder auf.
- Retusche von Kratzern, fehlenden Teilstücken
- Korrektur verblasster Farben und Kontraste
- Kolorieren alter Fotos
- aus Neu mach Alt (das ganze geht auch anders herum)

Veranstaltung 151-27121D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 15.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Photoshop spezial:
Farbkorrekturen
Gleichen Sie Belichtungs- und Farbfehler einfach aus. Richten Sie stürzende Kanten wieder gerade.
- Tonwertkorrekturen (zu hell, zu dunkel)
- Helligkeit und Kontrast
- Nachbelichten
- Farbkorrektur
- Bilder farblich angleichen
- Perspektivausgleich

Veranstaltung 151-27122D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 04.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Photoshop spezial:
Fotomontagen und Kollagen für Fortgeschrittene
Erstellen Sie aus Ihren Bildern Kollagen oder eine Fotomontage (+ Panorama).
- Zusammenfügen von Bildern
- Auswahlen
- Montage mit Ebenen (und Masken)
- Ausschneiden, Freistellen (einfach)
- Panoramafunktion

Veranstaltung 151-27123D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 20.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Photoshop spezial:
Freistellen
Lernen Sie die verschiedenen Freistellungswerkzeuge und Funktionen kennen.
- Freistellungswerkzeuge,
- Drehen, Skalieren, Begradigen
- Freistellen mit Ebenenmasken
- Grundlagen Haare freistellen

Veranstaltung 151-27124D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 30.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Adobe Illustrator

Adobe Illustrator Grundkurs
Adobe Illustrator ist ein professionelles Zeichenprogramm zur Erstellung von Illustrationen, Logos und Layouts für Print und Web.
Durch praxisnahe Übungen in Form von Schritt-für-Schritt-Workshops werden Ihnen die grundlegenden Techniken und Funktionen vermittelt, um Illustrator professionell in der Alltagspraxis einsetzen zu können.
Kursinhalte u.a.:
- Arbeitsbereich kennen lernen
- Grundformen erstellen
- Objekte anordnen, ausrichten, transformieren
- Mit dem Zeichenstift arbeiten
- Mit Farben, Verläufen und Mustern arbeiten
- Interaktives Nachzeichnen und Malen
- Grundlegendes zum Arbeiten mit Ebenen
- Text
- Grundlegendes zu Druck/PDF

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27300D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Adobe Illustrator Aufbaukurs
Der Aufbau-Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits über gute Illustrator-Grundkenntnisse verfügen. Das Arbeiten mit Ebenen im Zusammenhang mit Aussehen-Attributen und Effekten wird in dieser Schulung vertieft. Durch eine Reihe interessanter Schritt-für-Schritt-Workshops werden anspruchsvolle Grafiken mit gekonnten Handgriffen und den richtigen Werkzeugen erstellt.
Kursinhalte u.a.:
- Komplexes Arbeiten mit Ebenen
- Aussehen-Attribute, Grafikstile und Effekte
- Formen und Objekte überblenden (angleichen)
- Gestalterisches Arbeiten mit Symbolen (Grafik-Sprühdose)
- Pathfinder-Effekte
- 3D-Live-Effekte
- Austausch, Weiterverarbeitung und Druck

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27310D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Adobe Illustrator – für Fortgeschrittene
Der Illustrator-Kurs für Fortgeschrittene setzt sehr gute Grund- und Aufbau-Kenntnisse der Anwender voraus. Anhand praxisorientierter Projekte lernen Sie die fortgeschrittenen Illustrator-Themen in bewährten Schritt-für-Schritt-Workshops kennen.
Kursinhalte u.a.:
- Komplexes Bearbeiten und Kombinieren von Vektorobjekten
- Pinsel
- Gitterobjekte - Verlaufsgitter
- Transparenzen und Masken
- Mit dem Perspektivenraster arbeiten

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27330D
Brigitte Martin
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 17.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 18.01.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Adobe Illustrator – kompakt
Adobe Illustrator ist ein professionelles Zeichenprogramm, mit dem Sie Grafiken für Illustrationen, Logos, Geschäftspapiere, Seitenlayouts und Poster erstellen. In Schritt-für- Schritt-Workshops erlernen Sie praxisnahe Projekte zu erstellen.
Kursinhalte u. a.:
- Arbeitsbereich kennen lernen
- Arbeiten mit Dokumenten
- Grundformen zeichnen, anordnen, transformieren
- Pfade erstellen und bearbeiten
- Einsatz von Farben, Verläufen und Mustern
- Interaktives Nachzeichnen und Malen
- Text und Texteffekte
- Ebenen, Aussehen - Attribute, Effekte
- Objekte überblenden (angleichen)
- Mit Symbolen arbeiten (Grafik-Sprühdose)
- 3D-Effekte
- Austausch mit anderen Programmen, Drucken/PDF

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27340D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 20.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 21.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 23.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Typografie und Layout
Es werden Grundlagen vermittelt über die geschichtliche Entwicklung der Schrift, über die Klassifikationstypen, über Schriftwirkung und -mischung und die Ursachen für gute und schlechte Lesbarkeit.
Kursinhalt sind die Mikro- und Makrotypografie.
Mikrotypografie:
- Schriftentwicklung und Grundbausteine der Schrift
- Fontarten, Schriftfamilie und Schriftschnitte
- Schriftgröße
- Kerning und Laufweite
- Leeräume
- Auszeichnungen
- Absatzformatierungen (Satzarten, Formsatz, Glyphen)

Makrotypografie:
- Satzspiegel erstellen (Raumaufteilung, Papierformat)
- Layouttechniken (Gestaltungsraster, Anordnung von Bildern etc.)
- Kreativitätstechniken (Gestaltgesetze, Farben etc.)

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27350D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Adobe InDesign

InDesign Grundkurs
Adobe InDesign ist ein besonders leistungsfähiges Programm zur Gestaltung professioneller Layouts. wie Anzeigen, Flyer, Broschüren etc.
Ziel des Seminars ist es, sowohl Einsteiger als auch Umsteiger (z.B. von QuarkXpress) mit praxisorientierten Projekten in Form von Schritt-für-Schritt-Workshops schnell und intuitiv in die Layoutarbeit mit InDesign einzuführen.
Kursinhalte u.a.:
- InDesign-Arbeitsbereich kennen lernen
- Dokumente einrichten
- Text importieren und bearbeiten
- Bilder importieren und anpassen
- Farben und Verläufe
- Mit Stilen und Formaten arbeiten
- Grundlegendes zu Druck/PDF

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27400D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

InDesign Aufbaukurs

Der InDesign-Aufbaukurs richtet sich an Anwender, die bereits über sehr gute Grundkenntnisse verfügen.
Anhand praxisorientierter Projekte lernen Sie in Schritt-für-Schritt-Workshops die erweiterten Möglichkeiten von InDesign kennen.
Schwerpunkt des Kurses ist das Arbeiten mit komplexen Formatierungen, die Ihnen bei umfangreicheren Projekten eine große Arbeitserleichterung bieten.

Kursinhalte u. a.:

- Mit komplexen Formaten arbeiten (Folgeformate, aufeinander basierende Formate, verschachtelte Formate etc.)
- Dokumente mit aufeinander basierenden Mustervorlagen
- Tabellen
- Transparenzen
- Drucken/PDF

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27410D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

InDesign für Fortgeschrittene

Der InDesign-Kurs für Fortgeschrittene setzt sehr gute Grund- und Aufbau-Kenntnisse der Anwender voraus.
Anhand praxisorientierter Projekte lernen Sie die fortgeschrittenen InDesign-Themen in bewährten Schritt-für-Schritt-Workshops kennen.
Ein Schwerpunkt des Kurses ist das Gestalten von langen, strukturierten Dokumenten, die eine Reihe praktischer Automatisierungen erfordern.

Kursinhalte u.a.:

- Berichte/Bücher gestalten (Textvariablen, Querverweise, Buchdateien organisieren, Inhaltsverzeichnis, Index etc.)
- Datenzusammenführung
- Interaktive Dokumente erstellen

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27420D
Brigitte Martin
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 11.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 12.04.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

InDesign kompakt

Nach einer Einführung in den Arbeitsbereich von InDesign erhalten Sie anhand von Schritt-für-Schritt-Workshops verständliche Grundlagen zum Einrichten von Dokumenten, zum Platzieren und Bearbeiten von Text und Bildern, zum Erstellen und Zuweisen von Formaten sowie für das Erstellen von Tabellen und Bibliotheken und vieles mehr, um ein ansprechendes Seitenlayout zu erstellen.

Inhalte u.a.:

- InDesign-Arbeitsbereich kennen lernen
- Dokumente einrichten
- Text platzieren und bearbeiten
- Bilder platzieren und anpassen
- Farben und Verläufe
- Formate erstellen und arbeiten
- Umfangreiche Dokumente erstellen
- Tabellen
- Bibliotheken
- Austausch mit anderen Programmen, Drucken/PDF

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27430D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 04.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 05.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 06.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 07.05.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 08.05.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 176,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 152-27430D
Brigitte Martin
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 17.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 18.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 19.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 20.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 21.08.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 176,00 Euro

Pädagogik und Psychologie
Psychologisch-philosophische Geschichten
Vortragsreihe von Liane Chris Strauß
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
jeweils freitags von 18:30 - 20:00 Uhr
pro Veranstaltung 7,00 Euro
Psychologisch-philosophischer Geschichten-Salon
Tauchen Sie ein in die Welt der Fabeln, Metaphern, Allegorien, Märchen oder Gedichtgeschichten. Lebendig vorgetragen und mit jeweils tiefer symbolischer Bedeutung psychologischer wie auch philosophischer Natur. Anschließend gemeinsamer Austausch und Interpretation mit Raum für individuell persönliche Überraschungen.
Jeder Termin dreht sich um eine zentrale Geschichte. Der Termin lädt ein, den Abend nach Veranstaltungsende, je nach Zeit und Interesse, in einer Location der Wahl nahe der VHS locker in der Gemeinschaft ausklingen zu lassen.
Das Höhlengleichnis von Platon
Veranstaltung: 32-80041
Freitag, 08.11.13
Der Prinz und der Zauberer
Veranstaltung: 32-80042
Freitag, 15.11.13
Das Geheimnis des Erfolges
Veranstaltung: 32-80043
Freitag, 22.11.13
Alice und der Gogglemoggle
Veranstaltung: 32-80044
Freitag, 29.11.13
Der goldene Fluss
Veranstaltung: 32-80045
Freitag, 06.12.13

Veranstaltungsdaten
Veranstaltung: 142-81650
Dozententeam: Nina Wegener / Gerhard Schrader
Veranstaltungsort: Volkshochschule Löwenhof, Hansastr. 2-4
Beginn: Samstag, 13. September 2014, 9:30 Uhr
Termine
Die Weiterbildung umfasst 170 Unterrichtsstunden, sie ist in Premieblöcke gegliedert und verteilt sich auf 20 Ausbildungstage.
1. Block: 13. und 14. September 2014 Samstag und Sonntag
2. Block: 22. und 23. November 2014 Samstag und Sonntag
3. Block: 14. und 25. Februar 2015 Samstag und Sonntag
4. Block: 25. und 26. April 2015 Samstag und Sonntag
Consultation Day: 27. Juni 2015 Samstag
5. Block: 15. und 16. August 2015 Samstag und Sonntag
6. Block: 26. und 27. September 2015 Samstag und Sonntag
7. Block: 21. und 22. November 2015 Samstag und Sonntag
8. Block: 23. und 24. Januar 2016 Samstag und Sonntag
9. Block: 20. und 21. Februar 2016 Samstag und Sonntag
Celebration Day: 16. April 2016 Samstag
Unterrichtszeiten
In den Blöcken am 1. Tag:
9:30 - 16:45 Uhr und 17:00 - 18:30 Uhr „Kamingespräch"
In den Blöcken am 2. Tag und an den Einzelterminen:
9:30 - 16:45 Uhr
Informationsveranstaltung
Der Weiterbildung vorgeschaltet sind 2 Informationstermine, welche den Vorstellung von Inhalten und Methoden dienen, über Struktur, Aufwand und Kosten informieren sowie die Möglichkeit bieten, die Trainerin und den Trainer kennen zu lernen.
Veranstaltung 142-81601
Freitag, 29.08.2014
17.00 - 19.30 Uhr, 3 UStd.
Nina Wegener/Gerhard Schrader
Volkshochschule Löwenhof, Hansastr. 2-4
je 5,00 Euro, Anmeldung erforderlich
So erreichen Sie uns:
Mit dem Fahrrad:
Königswalllicke Hansastraße
Abstellmöglichkeiten sind vorhanden.
Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
Die VHS befindet sich 5 Minuten Fußweg vom Dortmunder Hauptbahnhof und von der Stadtbahnhaltestelle Kampstraße entfernt.
Genaue Fahrplaninformationen (ÖPNVKB) unter http://efa.vrr.de
Mit dem Autor:
Königswalllicke Hansastraße
Gebührenpflichtige Parkmöglichkeiten:
Cinestar-Parkhaus, Steinstraße 44
Ermäßigung mit VHS-Kundenkarte
Ansprechpartner:
Mona Möhring
Telefon: (0231) 50-2 46 08
E-Mail: mmoehring@stadtdo.de
Herausgeber:
Stadt Dortmund, Kulturbetriebe
Volkshochschule Dortmund
Hansastr. 2-4, 44137 Dortmund
Telefon: (0231) 50-2 47 27
Fax: (0231) 50-2 24 31
Redaktion:
Helmut Bünger (verantwortlich), Dieter Schütz
Berufliche Weiterbildung für erzieherische und pädagogische Berufe
2014 – 2016
Weiterbildung zum Coach DGfC
Coaching
für beraterische & soziale Arbeitsfelder
Eine zertifizierte Weiterbildung – anerkannt durch die Deutsche Gesellschaft für Coaching (DGfC)
Volkshochschule Dortmund
www.vhs.dortmund.de

Videotreff

Der Videotreff ist seit Jahren eine feste Institution der Volkshochschule. Es geht um Videotechnik, um Erfahrungsaustausch und um das gemeinsame Drehen und Sehen von Videofilmen.

Veranstaltung 151-27600D
Ingrid Schumann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 12.01.15, 19.00-22.00 Uhr
Montag, 02.02.15, 19.00-22.00 Uhr
Montag, 02.03.15, 19.00-22.00 Uhr
Montag, 13.04.15, 19.00-22.00 Uhr
Montag, 04.05.15, 19.00-22.00 Uhr
Montag, 01.06.15, 19.00-22.00 Uhr
28 UStd., entgeltfrei

Einführung in die Videobearbeitung mit Premiere Elements

Dieser Bildungsurlaub bietet einen Einstieg in Dramaturgie und Schnitt digitaler Videoaufnahmen. Die verwendete Software Premiere Elements ist die kleine Version von Adobe Premiere, von welcher technisch viele Funktionen übernommen worden sind. Premiere Elements hat jedoch eine andere Benutzeroberfläche, die die für Einsteiger interessanten Funktionen schnell auffindbar machen soll, ohne fortgeschrittenen Benutzern zu wenig Funktionen zu bieten.

Sommer-VHS
Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27601D
Udo Eickelmann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 18.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 19.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 20.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Donnerstag, 21.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Freitag, 22.05.15, 9.30-16.30 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Videobearbeitung mit Premiere Elements

Dieser Bildungsurlaub bietet einen Einstieg in Dramaturgie und Schnitt digitaler Videoaufnahmen. Die verwendete Software Premiere Elements ist die kleine Version von Adobe Premiere, von welcher technisch viele Funktionen übernommen worden sind. Premiere Elements hat jedoch eine andere Benutzeroberfläche, die die für Einsteiger interessanten Funktionen schnell auffindbar machen soll, ohne fortgeschrittenen Benutzern zu wenig Funktionen zu bieten.

Sommer-VHS
Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-27603D
Udo Eickelmann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 19.01.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 20.01.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 21.01.15, 9.30-16.30 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 9.30-16.30 Uhr
Freitag, 23.01.15, 9.30-12.45 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Filmen und Schneiden

In diesem Workshop lernen Sie Techniken, um mit einfachen Mitteln erfolgreiche Aufnahmen zu realisieren.

Kursablauf:
Nach einem Briefing geht es nach „draußen" um die Aufnahmen bei praxisgerechten Bedingungen „einzufangen". Anschließend wird das Material auf die PC's übertragen und ausgewertet. Der Schnitt des Rohmaterials erfolgt mit Magix Video Deluxe. Kenntnisse in Magix VD sind von Vorteil, aber nicht notwendig. Bitte Videoausrüstung und Aufnahmemedien für ca. eine Stunde Film mitbringen.
Bitte geben Sie bei der Anmeldung ihre E-Mail-Adresse an, da der Dozent Ihnen vor Kursbeginn weitere Informationen zukommen lassen wird.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-27604D
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Der Ton zum Bild

Die Videokamera und die DSLR-Kamera kann Ton aufzeichnen – aber die Qualität des Tons lässt oft zu wünschen übrig. Die schönsten Bilder nutzen wenig, wenn der Ton einfach nur nervt.
In diesem Kurs lernen Sie das Handwerkszeug und die Techniken kennen, mit denen Sie einen guten Ton zum Bild einfangen können. Vorkenntnisse brauchen Sie keine, sie schaden aber auch nicht.
Wir erkunden den Markt mit seinen überreichlichen Angeboten an Mikrofonen, Aufzeichnungsgeräten, Zubehör und Hilfsmitteln. Was ist unverzichtbar (z. B. guter Schutz gegen Windgeräusche), was ist reine Spielerei?
Neben der eigentlichen Technik schicken wir die Ohren auf Entdeckungsreise.
Es geht darum ein Ohr für spannende akustische Ereignisse zu bekommen.
Dazu gibt es viele, manchmal ganz simple, Tipps und Tricks der Dozentin, einer ausgebildeten Tontechnikerin.

Veranstaltung 151-27606D
Marion Ahrens
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd.
66,00 Euro

Web-Design

Webdesign mit HTML und CSS

Die Hypertext Markup Language (HTML) und Formatierungssprache Cascading Style Sheets (CSS) sind Grundlagen für die Gestaltung zeitgemäßer Internetseiten.

Inhaltliche Schwerpunkte des Seminars:

- Vermittlung grundlegender Kenntnisse von HTML und CSS
- Tabellenloses CSS-Layout
- Umgang mit zeitgemäßen Werkzeugen zur Erstellung von Webseiten
- Veröffentlichungsmöglichkeiten im WWW.

Diese Veranstaltung ist projektorientiert. Das Ziel ist eine fertige Homepage, die auf dem Webserver der Volkshochschule Dortmund veröffentlicht wird.
Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite des Dozenten:
http://www.net-now.de

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28000D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-28001D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 26.01.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 02.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 09.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 23.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 02.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 09.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 16.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 23.03.15, 18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 152-28010D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 17.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 18.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 19.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 20.08.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 21.08.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Webseiten erfolgreich machen

Visuelle und strukturierte Webseiten-Gestaltung

Sie möchten eine ansprechende Webseite selber erstellen? In diesem Kurs lernen Sie alle erforderlichen Schritte kennen, die vor der Programmierung stattfinden. Von der ersten Idee über die Konzeption bis hin zur Gestaltung erfahren sie wie man ästhetische und benutzerfreundliche Webseiten erstellt. Die Wirkung von Formen, Farben und Schriften im Internet werden besprochen. Sie lernen die Grundlagen der Barrierefreiheit sowie Maßnahmen zur Suchmaschinenoptimierung (SEO) kennen. Anhand eines realen Beispiels wird durch die Thematik geführt und zum mitmachen angeregt.
Bitte bringen Sie Papier, Stifte und einen USB-Stick mit.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28012D
Stefanie Römling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28014D
Stefanie Römling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

CSS: Cascading Style Sheets

Professionelle Websites haben eine durchgehend einheitliche Gestaltung, d.h. jede einzelne Webseite benötigt immer wieder dieselben Formatierungen. Diese Einheitlichkeit ist ohne CSS-Technik (Cascading Style Sheets) kaum zu realisieren: CSS erlaubt die Trennung von Inhalten (HTML-Dateien) und Formatierung (CSS-Dateien).
Durch CSS ist es möglich, alle benötigten Formate zentral zu definieren und sie dann in den einzelnen HTML-Dokumenten effizient einzusetzen (ähnlich wie Formatvorlagen in der Textverarbeitung, nur effektiver). CSS erlaubt zudem die Gestaltungen medienspezifischer Vorlagen für unterschiedliche Ausgabenmedien (Web, Mobil, Print).

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28020D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Mobile Webseiten mit CSS Media Queries

Das mobile Internet ist in aller Munde. Webseiten für das Smartphone und Tablets sollen anders aussehen und werden anders bedient als klassische Webseiten für den Desktop.
Mit CSS Media Queries können Webautoren den Geltungsbereich von Cascading Stylesheets auf bestimmte Medien einschränken und variieren. Die CSS3 Spezifikation erlaubt nun auch Formateigenschaften zuzuweisen in Abhängigkeit bestimmter Merkmale der Ausgabegeräte.
Grundkenntnisse in HTML und CSS sind erforderlich.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-28021D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Javascript Grundlagen

Um Dynamik und „Intelligenz" in Ihre Webseiten zu bringen, können Javascript bestens nutzen. Javascript ermöglicht die Benutzeroberfläche attraktiver zu machen, mehr Funktionalität auf die Webseite zu bringen oder Formulareingaben zu überprüfen.
Mit Javascript können Sie die Fenstersteuerung festlegen, Zeit- und Datumsberechnungen durchführen, Roll-Over-Effekte erzielen und vieles mehr.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28030D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.30-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28034D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

JQuery

Dieser Kurs versteht sich als zweiter Teil der Veranstaltung **Javascript Grundlagen.**
Das frei verfügbare Framework „jQuery" ermöglicht die Arbeit mit Javascript ohne tiefergehende Programmierkenntnisse. **In diesem Kurs erlernen Sie folgendes:**

- Einbinden von JavaScript und jQuery in HTML
- Dynamische Veränderung der Seitendarstellung mit jQuery
- Verwendung von UI Widgets

Voraussetzungen: HTML-Kenntnisse, Javascript-Grundlagen

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28031D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 22.02.15, 9.30-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28032D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 15.03.15, 9.30-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Webseiten mit PHP

Grundkurs

Sie möchten Ihre Internetseite mit dynamischen Inhalten füllen? Ein Gästebuch erstellen, ein Kontaktformular bereit halten oder Ihre privaten Fotos nur für die Familie zugänglich machen? Erlernen Sie die Grundlagen in PHP und machen Sie somit Ihre Internetseite interessanter.
In diesem Seminar zeigen wir Ihnen, welche Funktionen und Arbeiten Sie mit PHP umsetzen können.
Das Seminar wendet sich an Webdesigner, IT-Fachkräfte und private Homepageersteller, die interaktive Seiten in PHP erstellen wollen. Solide Windows-Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sowie Kenntnisse in anderen Programmiersprachen sind von Vorteil, werden aber nicht zwingend vorausgesetzt.
Veranstaltung 151-28040D
Christian Wagner-Kornacker
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 29.01.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 05.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 12.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 19.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 26.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Donnerstag, 05.03.15, 18.00-21.15 Uhr
24 UStd., 132,00 Euro

Webseiten mit PHP

Aufbaukurs

Sie möchten Ihre Internetseite mit dynamischen Inhalten füllen und lernen, wie eine MySQL-Datenbank verwendet wird? Erlernen Sie die Grundlagen in PHP und MySQL und machen Sie somit Ihre Internetseite interessanter. In diesem Seminar zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihre Besucher wiedererkennen und welche Vorteile eine Datenbank Ihrer Webseite bringt.
Das Seminar wendet sich an Webdesigner, IT-Fachkräfte und private Homepageersteller, die interaktive Seiten in PHP erstellen wollen.
Solide Windows- Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sowie Kenntnisse in anderen Programmiersprachen sind von Vorteil, werden aber nicht zwingend vorausgesetzt.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28041D
Christian Wagner-Kornacker
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Dreamweaver

Dieser Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Kenntnisse im Webdesign mit Dreamweaver. Anhand anwendungsbezogener Beispiele lernen Sie den Funktionsumfang der Software kennen und erfahren, wie Sie deren Möglichkeiten einsetzen können, um selbstständig auch größere Webprojekte zu realisieren.

- Programmoberfläche
- Das Prinzip der Site: Lokal einrichten und mit einem Server verbinden
- HTML-Elemente
- Hyperlinks verwenden
- Bilder einbinden
- Zentrale Stilvorlagen mit CSS

Die Lerninhalte des Kurses werden im Rahmen einer Webseite auf dem Trainingsserver der VHS Dortmund veröffentlicht. Dateiverwaltung mit dem Windows- oder Mac-Betriebssystem wird vorausgesetzt. Neben der Vermittlung der Arbeitsumgebung werden Basisfunktionen wie Hyperlinks, Einbinden von Bildern, Frames, und Tabellen erarbeitet. Weitere Inhalte des Seminars sind Barrierefreies Layout, Ebenen, Fomatvorlagen mit CSS, Aktionen und Formularerstellung.
Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Windows-Kenntnisse.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-28050D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 08.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 09.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 10.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 11.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 12.06.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Jimdo. Der eigene Internetauftritt aus dem Baukasten.

Heute ist Jeder und Alles im Internet: Jede Firma, jede Organisation und auch viele Privatleute stellen sich auf diesem Wege zeitgemäß dar. Wenn auch Sie im Internet präsent sein wollen, erfahren Sie hier, wie Sie dies ohne Programmierkenntnisse kostenlos mit einfachen Mitteln selbst bewerkstelligen können. Sie nutzen hierzu den Webbaukasten von „Jimdo".
Vorausgesetzt werden nur grundlegende Kenntnisse im Umgang mit einem PC. Also los: Ab ins Internet!

Veranstaltung 151-28100D
Hans Niehörster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Joomla

Content Management Systeme (CMS) bieten die Möglichkeit, Webseiten aktuell zu halten und einfach zu pflegen, ohne die zugrunde liegende Software selbst zu programmieren. Das kostenfreie Joomla ist eines von drei großen Open-Source-CMS am Markt. Es ist besonders gut geeignet, Vereine und kleine und mittelständische Unternehmen zeitgemäß im Internet zu präsentieren.

Bitte mitbringen:

- Computerkenntnisse (Windows/Mac): Ordner, Dateien, Copy and Paste
- USB-Stick zur Sicherung der eigenen Installation
- wenn vorhanden das eigene Notebook
- Für das Template-Design sind HTML und CSS Kenntnisse notwendig

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28110D
Thorsten Bachner
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-28111D
Thorsten Bachner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 13.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 14.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 15.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 16.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 17.04.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Content Management System TYPO3

Das Content Management System (CMS) TYPO3 versetzt Nutzer auch ohne Programmierkenntnisse in die Lage, Internet-Auftritte selbstständig einzurichten und zu pflegen. Der Wochenendkurs vermittelt die nötigen redaktionellen Kenntnisse im Umgang mit TYPO3 sowie eine Einführung in die Administration des CMS (Benutzerverwaltung, Rechtevergabe und Konfiguration mittels „Typoscript").
Voraussetzung: Allgemeine PC- und Internetkenntnisse.

Veranstaltung 151-28120D
Dr. Rolf Bartusel
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Search Engine Optimization (SEO)

Wie schaffen Sie es, potenzielle Nutzer auf Ihre Webseite zu bringen? Dieses Seminar führt in die Welt der Suchmaschinenoptimierung ein. Ziel ist es, die Grundlagen für die Optimierung eigener Webseiten zu vermitteln. Der Kurs richtet sich an private und gewerbliche Webseitenbetreiber.

Themen:

- Welche Suchmaschinen gibt es? Wie melde ich mich an? Was kostet das?
- Beispielseiten mit den „Augen von Suchmaschinen" sehen.
- Analyse der Konkurrenz
- Die Qualität meiner eigenen Inhalte
- Valides HTML und seine Auswirkungen
- MetaTags
- Erstellung einer XML-Sitemap
- Robots.txt – Google & Co brauchen nicht alles zu wissen
- Dynamische Inhalte und Flash
- Google Analytics

Veranstaltung 151-28132D
Daniel Schöttgen
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Facebook, Xing, Twitter. Erfolgreiches Social Media Marketing

Soziale Netzwerke gehören zur modernen Kommunikation. Sie bieten unerschöpfliche Möglichkeiten zur direkten Kundenkommunikation.
Hier entwickeln Sie Ihre eigene Social Media-Strategie, wählen die passenden Plattformen aus, entwickeln Inhaltskonzepte und erfahren, wie Sie Ihre Social Media Aktivitäten beobachten und verbessern. Social Media wird so zu einem wichtigen Instrument in Ihrer Kundenkommunikation:
Sie lernen neue „Fans" zu gewinnen und Kunden zielgerichtet anzusprechen. Sie sollten über eine E-Mail Adresse verfügen, die auch während des Kurses abgerufen werden kann.
Das Seminar richtet sich an Einzelhändler und Freiberufler, sowie Online- und Marketing-Verantwortliche Unternehmen.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28134D
Katharina Rieland
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

WordPress: Bloggen ganz einfach

WordPress ist freie Software und kann kostenfrei genutzt werden.

Inhalte:

- Anmeldung und Accountpflege
- Einführung ins Dashboard
- Anlegen der Grundstruktur
- Unterschiede zwischen Seiten und Beiträgen
- Layout: Themes und Anpassungen, Widgets, Menüs und Plugins
- Der erste Blogeintrag
- Bilder, Videos und andere Medien einbinden
- Verknüpfung mit Social Media Interaktion mit Lesern
- Nutzung von Kommentaren
- Blog erfolgreich machen: Exkurs zu
- Themen Link-Building und Suchmaschinenoptimierung
- WordPress auf dem eigenen Webspace
- Nutzungsmöglichkeiten von Word Press als CMS

Bitte einen Stick mitbringen.
Siehe auch Webseite des Dozenten: **www.jek.de/vhs**

Tagesseminar
Veranstaltung 151-28136D
Jens Krömer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.02.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

ebook erstellen

Schreiben, Gestalten und Veröffentlichen von ebooks

Lerninhalte:

- Softwareüberblick
- Auswahl einer geeigneten Software
- Erproben der Software
- Was ist beim Schreiben zu beachten? (technische Problematiken und Hindernisse wie z. B. mathematische Formeln)
- Optimale Formatierung
- Veröffentlichung

Voraussetzung: Grundkenntnisse in der Textverarbeitung
Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit.

Veranstaltung 151-28180D
Norbert Usadel
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

App-Entwicklung

Sie haben die Idee für eine App? Wissen aber nicht wie Sie diese umsetzten sollen? Der Vortrag gibt Ihnen einen kurzen Überblick, mit welcher Entwicklungsumgebung sie welche App entwickeln können.
Egal Ob Sie eine Android-App, eine iPhone-App oder eine Web-App entwickeln wollen. Es wird erläutert, welcher App-entwicklungskurs für sie der richtige ist.

Vortrag
Veranstaltung 151-28201D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., entgeltfrei

Vortrag
Veranstaltung 151-28202D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., entgeltfrei

Android-App Programmierung

Dieses Seminar weiht Sie in die Programmierung für Apps für das Android Smartphone ein. Sie lernen den grundlegenden Aufbau einer App und die dazu gehörigen Programmiertechniken anhand kleiner Beispiele, die Sie für Ihre Erste App verwenden können.
Sie bedienen dabei die Entwicklungsumgebung Eclipse und den Android Simulator und werden in der Lage sein, eigene Apps auf einem Smartphone zu installieren.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-28212D
Norbert Usadel
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Montag, 26.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 27.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 28.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 29.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 30.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Grundkurs

Veranstaltung 151-28216D
Norbert Usadel
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Freitag, 13.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 9.30-16.30 Uhr
110,00 Euro

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-28218D
Norbert Usadel
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-16.30 Uhr
110,00 Euro

App-Entwicklung – Android

Sie haben die Idee für einen App? Wissen aber nicht wie Sie diese umsetzen sollen. Das Seminar gibt Ihnen den Überblick Mit welcher Entwicklungsumgebung sie welche App entwickeln können. Egal Ob Sie eine Android-App oder eine Web-App entwickeln wollen.
Hier erhalten Sie den Überblick. Darüber hinaus erfahren Sie, wie Sie mit Apps Geld verdienen können und Apps kostengünstiger produzieren werden.
Zielgruppe:
Personen mit sehr guten Kenntnissen im Umgang mit PCs und großer Neugier für das Lernen in der APP-Entwicklung (Bringen Sie Ihre eigenen Geräte mit)

Veranstaltung 151-28214D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 26.01.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 02.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 09.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 23.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 02.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Montag, 09.03.15, 18.00-21.15 Uhr
24 UStd., 132,00 Euro

Apple-App-Entwicklung

Grundkurs

Sie möchten Apps für das iPhone oder iPad entwickeln. Werfen Sie einen Blick auf die Entwicklung von Apps mit Objektive-C. Sie erfahren den grundlegenden Aufbau einer App mit Xcode und die planungsrelevanten Gestaltungsrichtlinien anhand einfacher Beispiele, die Sie im iPhone Simulator nachvollziehen können. Vorkenntnisse in einer Programmiersprache sind von Vorteil.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in der Arbeit mit Ihrem MacBook, das Sie zum Unterricht mitbringen müssen. Bitte achten Sie darauf, dass der Akku Ihres MacBooks ausreichend geladen ist.

Veranstaltung 151-28220D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.02.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-16.30 Uhr
20 UStd., 110,00 Euro

Apple-App-Entwicklung

Aufbaukurs

Dieses Seminar ist die Weiterführung des Grundkurses Apple-App-Entwicklung.
Es werden weitere Apps entwickelt mit Xcode und im iPhone Simulator nachvollzogen. Vorkenntnisse in einer Programmiersprache sind von Vorteil.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in der Arbeit mit Ihrem MacBook, das Sie zum Unterricht mitbringen müssen. Bitte achten Sie darauf, dass der Akku Ihres MacBooks ausreichend geladen ist.

Veranstaltung 151-28222D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 29.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 30.05.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 9.00-16.30 Uhr
20 UStd., 110,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Programmieren in Java. Wie funktioniert der Einstieg?

Programmieren macht Spaß! Es ist wie ein Mosaik oder ein Puzzle. Aus kleinen, vorgegebenen Einzelteilen setzen Sie ein imposantes Werk zusammen. Dabei benötigen Sie keine Vorkenntnisse. Nur wie Sie prinzipiell einen PC bedienen, sollten Sie wissen.
Wir gehen langsam voran. Niemand wird überfordert. In dieser kostenlosen Schnupperstunde können Sie sich davon überzeugen, dass Programmieren „genau Ihr Ding“ ist!

Veranstaltung 151-28300D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., entgeltfrei

Veranstaltung 151-28301D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., entgeltfrei

Java programmieren lernen

Für Einsteiger

Die Programmiersprache Java wird hier von Grund auf vermittelt.
An Vorkenntnissen sind nur die prinzipielle Bedienung eines Windows-PC notwendig, also Programme starten, Texte in einem einfachen Editor erstellen und abspeichern zum Beispiel. Die vermittelten Grundlagen können sofort am PC umgesetzt werden.
Ein erstes Programm in Java gibt „Hello World!“ aus – der klassische Einstieg in eine Programmiersprache. Anschließend werden Kontrollstukturen erarbeitet mit unterschiedlichen Beispielen.
Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, einfache, textbasierte Programme selbständig zu erstellen und auszuführen.

Veranstaltung 151-28303D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 Mi + Do, ab 04.02.15
18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Java programmieren lernen

Für Fortschreitende

Dieser Kurs baut auf „**Java für Einsteiger**“ auf. Die dort erworbenen Bausteine werden hier kombiniert und daraus größere Programme entwickelt.
Zum Beispiel:
- Telefonnummern-Verwaltung
- Lottozahlen-Generator

Wie schon im ersten Teil kann die vermittelte Theorie sofort von jedem Teilnehmer am PC ausprobiert werden. Am Ende des Kurses werden Sie über solide Kenntnisse in Java verfügen, die Sie in der Praxis umsetzen können.

Veranstaltung 151-28305D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 Mi + Do, ab 04.03.15
18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Veranstaltung 151-28307D
Rainer Merkle (2-2014-2)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.02.15, Freitag, 06.02.15
Montag, 09.02.15, Freitag, 13.02.15
Freitag, 20.02.15, Montag, 23.02.15
Freitag, 27.02.15, Montag, 02.03.15
18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Veranstaltung 151-28308D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 Mittwoch + Donnerstag, ab
15.04.15, 18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Veranstaltung 151-28309D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mi, 13.05.15, Mi, 27.05.15
Do, 28.05.15, Mi, 03.06.15
Mi, 10.06.15, Do, 17.06.15
Do, 18.06.15, Do, 28.05.15
18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Veranstaltung 151-28311D
Rainer Merkle (2-2014-3)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, Montag, 09.03.15
Freitag, 13.03.15, Montag, 16.03.15,
Freitag, 20.03.15, Montag, 23.03.15
Freitag, 27.03.15, Montag, 13.04.15
18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 176,00 Euro

Java

Inhalte:
Variablen (Attribute), Namenskonventionen, Deklaration, Initialisierung,
Typen von Variablen: Ganzzahl, Fließkomma, Wahrheitswerte, Buchstaben u.a., Operationen auf Variablen, Zuweisung
Typkonvertierung: implizit u. explizit, Kommentare, Befehle für Bildschirmausgabe, Escape-Sequenzen, der Klassenbegriff, Programmgerüst einer Java-Klasse, erstes lauffähiges Programm, „for-Schleife“, Inkrement/Dekrement-Operator in Präfix- und Postfix-Schreibweise
Gültigkeitsbereiche von Variablen und anderen Strukturen:
Blockbildung, Compilerfehler und deren Interpretation, Infix-Operatoren
bedingte Anweisung:
„if“, „else“-Anweisung, verschachtelte Bedingungen, der „Modulo-Operator“, die „break-Anweisung“, das Methodenkonzept, Methoden mit Parametern, verschachtelte Methoden, Methoden mit Rückgabewerten, while- und do-Schleife“, Unterschiede zur „for-Schleife“, Abbruchbedingungen, Gefahren einer Endlosschleife
das Feld: Konzept, Deklaration, Anwendung.
Vorausgesetzt wird der grundlegende Umgang mit einem Windows-PC.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-28313D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 26.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 27.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 28.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 29.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 30.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

C#

C# (gelesen: „Si scharp“) ist eine moderne Programmiersprache aus dem Hause Microsoft. Sie ist leicht zu erlernen, vielseitig anwendbar und sehr populär. Dieser Kurs bietet eine Einführung in die Sprache sowie das Programmieren allgemein, ohne dass Vorkenntnisse notwendig wären. Von Grund auf werden Sie angeleitet, kleine Programme zu erstellen, die Sie auch sofort am Rechner ausprobieren können. Mit diesem einfachen Einstieg kann jeder programmieren lernen! Als Programmierumgebung wird das Visual C# 2008 Express eingesetzt.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28310D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Visual-Basic

„Visual Basic“ ist eine verbreitete Programmiersprache, die Teil des „Visual Studios“ aus dem Hause Microsoft ist. Diese Umgebung erlaubt professionelle Softwareerstellung in großem Stil, wie sie heute im kommerziellen Umfeld üblich ist. Mit „Visual Basic“ investieren Sie daher zukunftssicher in eine bewährte und verbreitete Sprache des Marktführers. Vorausgesetzt wird der grundlegende Umgang mit einem Windows-PC.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-28312D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Dienstag, 20.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Mittwoch, 21.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 22.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 23.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

C++ – Einführungsseminar

Die Programmiersprache „C++“ (sprich: „C Plus Plus“) ist beliebt und verbreitet. Dieser Kurs bietet eine Einführung in die Sprache und das Programmieren allgemein, ohne Vorkenntnisse voraus zu setzen. Sie sind hier also richtig, wenn Sie mit C++ Ihre erste Programmiersprache lernen wollen und nur elementare Grundkenntnisse am PC besitzen. Es werden leicht nachvollziehbar Grundlagen vermittelt und diese sofort am PC umgesetzt, wodurch ein Erfolgserlebnis garantiert ist.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-28314D
Rainer Merkle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Angebote für Jugendliche

Gebühr bereits ermäßigt für Jugendliche – weitere Ermäßigung nicht möglich.

Apps für Android-Handys selbst programmieren (für Jugendliche von 14-18 Jahren)

Hier programmierst du deine ersten eigenen Android Handy-Apps. Dazu baust du zunächst die Kommunikation zwischen Handy und PC und der erforderlichen Software (**http://www.eclipse.org**) auf. Dann erlernst du den Umgang mit der Entwicklungsumgebung. Gerne kannst du dein eigenes Handy mit Android-Betriebssystem (ab Version 2.X) und ein eigenes Laptop mit Windows-Betriebssystem (plus USB-Verbindungskabel) mitbringen, das ist aber zur Teilnahme nicht zwingend erforderlich. Android-Handys benutzen die Programmiersprache Java, mach dich also bereit auf eine Einführung in die objektorientierte Programmierung mit allem Schnick und Schnack. Am Ende wirst du für deine Mühen entschädigt und kannst eigene kreative Projekte entwickeln. **Wichtig:** Handy-Programmierung ist komplex und schwierig. Zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs sind grundlegende Programmierkenntnisse.

Veranstaltung 151-28211D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 07.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 08.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Apple-App-entwicklung Grundkurs für Jugendliche

Du möchtest Apps für das iPhone oder iPad entwickeln? Wirf einen Blick auf die Entwicklung von Apps mit Objektive-C.
Erfahre den grundlegenden Aufbau einer App mit Xcode und die planungsrelevanten Gestaltungsrichtlinien anhand einfacher Beispiele, die Du im iPhone Simulator nachvollziehen kannst.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in der Arbeit mit Deinem MacBook, das Du zum Unterricht mitbringst.
Bitte achte darauf, dass der Akku Deines MacBooks ausreichend geladen ist.
Wichtig: Handy-Programmierung ist komplex und schwierig.
Zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs sind grundlegende Programmierkenntnisse.

Veranstaltung 151-28226D
Norbert Usadel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 17.04.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.00-16.30 Uhr
20 UStd., 55,00 Euro

Programmieren für Jugendliche ab 12 Jahren

Wie werden Computerprogramme geschrieben? Wie verwandelt ein PC Nullen und Einsen in Bilder und Töne? Dieser Kurs vermittelt Grundlagen der prozeduralen Programmierung. Er richtet sich an interessierte Jugendliche und möchte am Beispiel der Spieleprogrammierung einen spannenden (und amüsanten) Weg in die komplexe Welt der Bits und Bytes ebnen. Hier lernt man, wie PacMan, SpaceInvaders & Konsorten eigentlich funktionieren. Die benutzen Programme sind frei erhältlich.

Veranstaltung 151-28356D
David Tölle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 30.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 31.03.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

3D-Welten und 3D-Games mit Blender (für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren)

In diesem Kurs kannst du tatsächlich in eine neue Welt eintauchen: 3D-Programmierung! Wie werden realistische virtuelle Körper erzeugt?
Wie wird aus einem Würfel eine mittelalterliche Burg oder aus einer Kugel ein Raumjäger? Mach' dich gefasst auf eine faszinierende Reise in die Welt der Meshes & Entitys:
Du gestaltest und animierst deine eigenen Modelle, stellst sie in eine komplette 3D Umgebung und setzt sie dort in Bewegung... wichtig: du solltest über Erfahrung am PC verfügen, denn 3D-Programmierung ist schwierig. Aber die Mühe lohnt! Das im Kurs benutzte Programm Blender (**www.blender.org**) ist frei erhältlich, so dass du zuhause alles wiederholen und weiterentwickeln kannst.

Veranstaltung 151-28358D
David Tölle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 01.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Donnerstag, 02.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Lego Mindstorms NXT für Jugendliche

Roboter – geheimnisvolle Wesen? Nein, mit Nichten. Das zu erfahren ist ein Ziel des Kurses. Denn der Roboter ist gerade so schlau, wie derjenige, der ihn programmiert. Das setzt natürlich voraus, dass man sich vorher darüber Gedanken gemacht hat, was der Roboter tun soll. Wie man so etwas plant und was man tun muss, wenn es nicht so läuft, wie man es sich vorgestellt hat, sind Ziele dieses Kurses.
Nach einem Kennenlernen der Programmieroberfläche und -möglichkeiten und ersten „Gehversuchen“ werden wir uns einer größeren Aufgabe zuwenden, die uns bis zum Ende des Kurses beschäftigen wird.
Der Kurs spricht auch Mädchen an, da erfahrungsgemäß auch ihnen das Programmieren viel Spaß macht.
In dem Kurs wird in Zweierteams gearbeitet. Freund oder Freundin mitzubringen, wäre daher ideal.

Veranstaltung 151-28406D
Angi Mathea
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
16.00-17.30 Uhr
16 UStd., 40,00 Euro

Lego Mindstorms EV3 – Einführung

Lego Mindstorms EV3 ist das aktuelle System der Roboterentwicklung im Lego-Universum. Damit wird nicht nur Kindern und Jugendlichen die Welt der Programmierung und des logischen Denkens näher gebracht, sondern auch Erwachsenen. An die aktualisierte Version EV3 können jetzt noch mehr Sensoren und Aktoren angeschlossen werden. Ein Kurs, der sicherlich nicht nur für Kinder in Begleitung eines Erwachsenen interessant ist, sondern auch für Jugendliche und natürlich für alle, die sich mit dem System beschäftigen wollen.
Voraussetzungen des Kurses sind PC-kenntnisse. Programmiersprachenverständnis ist von Vorteil.
Kurs für Erwachsene (auch in kostenfreier Begleitung eines Kindes) und Jugendliche.

Veranstaltung 151-28400D
Fabian Deitelhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-28402D
Fabian Deitelhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 15.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Teilnehmer der Lego Mindstorms EV3 Kurse erhalten **10% Rabatt** auf den Kaufpreis eines Lego Mindstorms EV3 bei der Fa. Spielwaren-Lütgenau, Ostenhellweg 43, mit entsprechendem Nachweis.

Käufer von Lego Mindstorms EV3 bei der Fa. Spielwaren-Lütgenau, Ostenhellweg 43 erhalten **10% Rabatt** auf den Lego Mindstorms EV3 Kurs bei det VHS Dortmund, mit entsprechendem Nachweis.

Programmieren lernen mit AntMe!

AntMe! Ist ein spannendes Spiel mit dem Kinder als auch Erwachsene ganz einfach und mit viel Spaß lernen, wie objektorientierte Programmierung funktioniert. Mit Hilfe von echtem, professionellem Programm-Code wird ein großes Ameisenvolk gesteuert, um den kleinen Ameisen dabei zu helfen, viele Herausforderungen zu meistern: Zucker und Äpfel sammeln, den eigenen Ameisenbau verteidigen und sich gegen die Feinde der Ameisen – den Wanzen – zu behaupten.

Veranstaltung 151-28410D
Fabian Deitelhoff
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 20.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 88,00 Euro

Modellbahn am PC – Einführung in das virtuelle Design – Kurs mit Gutschein

Mit Hilfe des verwendeten Programms „Eisenbahn Exe Professional (EEP 11)" des Trend-Verlags werden Sie Schritt für Schritt angeleitet und in die Lage versetzt, eine virtuelle Modelleisenbahnanlage selbst zu bauen und anschließend wie eine reale Modelleisenbahn zu betreiben.
Für den Kurs sind lediglich allgemeine Grundkenntnisse im Umgang mit Computerprogrammen erforderlich.
Für das verwendete EEP-Programm werden keine Vorkenntnisse benötigt.
Wer sein eigenes EEP-Programm bereits auf seinem Laptop installiert hat, kann diesen gerne mitbringen und damit bauen. Vorzugsweise sollte darauf die EEP-Version 9, 10 oder 11 (erscheint Ende 2014) installiert sein, jedoch ist die Seminarteilnahme natürlich auch mit älteren Versionen möglich.
Alternativ kann aber auch das vorinstallierte EEP-Programm auf den Computern im Schulungsraum benutzt werden und die vom Teilnehmer gebaute Anlage auf einem Stick (bitte mitbringen!) gespeichert und nach Hause mitgenommen werden. Alle Teilnehmer erhalten einen Gratis Zugang zu einem wertigen EEP-Modellpaket des Trend-Verlags.

Einführungskurs

Veranstaltung 151-28450D
Dr.Jörg Windberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-28454D
Dr.Jörg Windberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Veranstaltung 151-28452D
Dr.Jörg Windberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Technisches Zeichnen und Konstruieren

AutoCAD – Grundlagen

AutoCAD ist das Basis-Grafikprogramm zum Erstellen jeder erdenklichen technischen oder sonstigen Konstruktionszeichnung auf den verschiedensten Gebieten, wie z.B. Maschinenbau, Architektur, Landschaftsbau, Vermessungstechnik uvm. Dieses Seminar für Einsteigerinnen und Einsteiger vermittelt unter Verwendung praxisnaher und berufsbezogener Aufgaben die notwendigen Grundkenntnisse für die Erstellung von 2D Zeichnungen. Es wird eine praxisgerechte Anleitung zum schnellen Einstieg in AutoCAD gegeben, ohne dass zunächst das gesamte Leistungsspektrum des Programms erlernt werden muss. Voraussetzung sind Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Veranstaltung 151-29000D
Dirk Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-29001D
Dirk Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

AutoCAD – Aufbaukurs

Veranstaltung 151-29010D
Dirk Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

AutoCAD – kompakt

Die Zielgruppe sind Angehörige technischer und architektonischer Berufe die ihre Erfahrungen im Konstruieren in einer CAD-Zeichnung erstellen wollen. Im Seminar werden folgende Inhalte vermittelt: Arbeitsoberfläche und Zeichnungseigenschaften von AutoCAD; Zeichnen von Liniengraphiken (2D); Erstellen von Volumenkörper (3D); Blöcke und Externe Reverenzen; Anlegen von Layerstrukturen und Bemaßungsstile; maßstabgetreues Plotten mittels Layout. Unter Verwendung praxisnaher und berufsbezogener Aufgaben werden Zeichnungen, bzw. Pläne erstellt. Voraussetzung sind Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-29030D
Dirk Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, ab 20.04.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-29031D
Dirk Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, ab 08.06.15, 9.00-16.00 Uhr
36 UStd., 198,00 Euro

Inventor – CAD-3D – Grundkurs

Aufbauend auf den Funktionen des CAD Programms AutoCAD werden aus 2D mit Inventor 3D-Geometrien modelliert. Egal, ob es sich um einzelne Bauteile, Baugruppen oder Zeichnungsdarstellungen handelt, alle Elemente können durch geometrische und maßhaltige Abhängigkeiten flexibel bearbeitet und variiert werden. **Inhalte: Bauteile:** Skizzen, Bemaßung, Extrusion, Rotation und weitere Varianten. **Baugruppen:** Bauteile kombinieren, tabellengesteuerte Konstruktion, Adaptivität, Animationen. **Zeichnungserstellung:** Ansichten, Positionsnummern, Organisation von Projekten: Einrichten, Packen der Projektdaten. **Ausblick:** Explosionszeichnungen, Normteile, Konstruktionsassistent
Erste CAD-Erfahrungen sind hilfreich.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-29100D
Dr. Ruth Stöwer-Grote
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, ab 22.06.15, 9.00-16.00 Uhr
40 UStd., 220,00 Euro

Inventor – CAD-3D – Aufbaukurs

Das Seminar wendet sich an Nutzer von 3D-CAD-Software, die bereits über Erfahrung in der 3D-Konstruktion mit Inventor verfügen und sich in die weitergehenden Möglichkeiten und Funktionen zur edv-gerechten Nutzung des CAD-Systems einarbeiten möchten.
Inhalte: Verschiedene Arten der Variantenkonstruktion von Bauteilen und Baugruppen, Möglichkeiten der wiederholten Verwendung von Teilkonstruktionen, IPart, IAssembly, IFeature, abgeleitete Komponenten.
Bewegungssimulation und Animation: Bewegungen in der Baugruppe, Bewegungsadaptivität, Bewegung in Inventor-Studio, Bewegung durch Explosion.
Grundlagen des Konstruktionsassistenten: Wellengenerator, Schraubverbindungen, Zahnradkonstruktion usw. Grundlagen des Blechmoduls, Grundlagen des Gestellgenerators

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-29110D
Dr. Ruth Stöwer-Grote
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Do, 12.01.-15.01.15, 9.00-16.00 Uhr
Fr, 16.01.15, 9.00-12.15 Uhr
36 UStd., 176,00 Euro

3D-Modellierung mit Google Sketch Up

Google Sketch Up ist ein Programm zum Entwerfen dreidimensionaler Modelle am PC.
Die Basisversion ist für Privatanwender kostenlos erhältlich.
Das Programm ist leicht erlernbar und kann in verschiedenen Fachbereichen der Technik eingesetzt werden (z. B. Architektur, Maschinenbau und Holztechnik). Anhand praktischer Beispiele gibt dieser Kurs eine Einführung in die 3D-Modellierung und verschafft einen Überblick über die Funktionalität des Programms.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse
Inhalte:
Die Arbeitsoberfläche – Google Sketchup konfigurieren – Arbeiten mit Koordinaten – Arbeiten in 3D – Zeichenfunktionen – Änderungsfunktionen Objekte gruppieren – Materialien zuweisen – Komponenten verwenden

Veranstaltung 151-29200D
Hans-Jürgen Grigat
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Dienstag, ab 03.03.15
18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

3D Grundkenntnisse mit Sketch Up

Sketch Up ist ein 3D-Programm, das auch als kostenlose Version erhältlich ist. Aufgrund der nutzerfreundlichen Bedienbarkeit erlernen auch Neueinsteiger, in kürzester Zeit 3D-Modelle zu erstellen. Der Schwerpunkt wird hier auf die Erstellung von Häusern gelegt. Es ist außerdem möglich, mit Sketch Up reale Häuser für Google Earth zu erstellen. Sie können auch Fotos Ihres eigenen Hauses mitbringen, um dieses in Sketch Up nachzubauen.

Veranstaltung 151-29201D
Michael Albers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Dienstag, ab 03.02.15
18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

3D-Modellierung mit Google Sketch Up

Inhalt: Gruppen erstellen und bearbeiten; Materialien anwenden; eigene Materialien erstellen; Komponenten verwenden, erzeugen und bearbeiten; Rundgang durch ein 3D-Modell; ein SketchUp-Modell in Google Earth platzieren. **Voraussetzung:** Grundlagen der 3D-Modellierung mit Google SketchUp

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-29210D
Hans-Jürgen Grigat
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Dienstag, ab 17.03.15
18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Sprachen lernen nach vergleichbaren europäischen Standards

Die VHS Dortmund bietet Kurse mit unterschiedlichen Lerngeschwindigkeiten und Zielsetzungen in 30 Sprachen sowohl für den privaten als auch den beruflichen Bereich. Unser Kurssystem orientiert sich am **G**emeinsamen **E**uropäischen **R**eferenzrahmen* (**GER**) des Europarates, der die Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse und die Anerkennung von Sprachzertifikaten innerhalb von Europa erleichtert.

*Common European Framework (CEF)

Der Referenzrahmen unterscheidet zwischen sechs verschiedenen Sprachniveaus von der Kenntnis einfachster Grundlagen (**A1**) bis zur fast muttersprachlichen Beherrschung einer Sprache (**C2**). Anhand der Beschreibung können Sie selbst eine erste eigene Einschätzung Ihrer Sprachkenntnisse vornehmen. Für eine professionelle Einstufung nutzen Sie bitte unsere Sprachenberatung.

A		B		C	
Elementare Sprachverwendung Anfänger/innen und fortgeschrittene Anfänger/innen		**Selbstständige Sprachverwendung** Mittleres Sprachniveau		**Kompetente Sprachverwendung** Hohes Sprachniveau bis zur fast muttersprachlichen Sprachkompetenz	
A1	**A2**	**B1**	**B2**	**C1**	**C2**
Hören	**Hören**	**Hören**	**Hören**	**Hören**	**Hören**
Einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen.	Einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen.	Das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird.	Im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird.	Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen.	Ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen.
Sprechen	**Sprechen**	**Sprechen**	**Sprechen**	**Sprechen**	**Sprechen**
Sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen.	Kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen.	In einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben.	Sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten.	Sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken.	Sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen.
Lesen	**Lesen**	**Lesen**	**Lesen**	**Lesen**	**Lesen**
Einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten.	Kurze einfache Texte verstehen, z. B. Anzeigen, Speisekarten.	Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen.	Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen.	Komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.	Jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen.
Schreiben	**Schreiben**	**Schreiben**	**Schreiben**	**Schreiben**	**Schreiben**
Einfache Standardformulare ausfüllen, z. B. im Hotel.	Kurze Notizen und Mitteilungen abfassen.	Persönliche Briefe schreiben.	Detaillierte Texte schreiben, z. B. Aufsätze oder Berichte.	Sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben.	Anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und differenziert ausdrücken.
Prüfungen					
telc English A1 telc Español A1 telc Italiano A1 telc Français A1 telc Deutsch A1	telc English A2 telc Español A2 telc Italiano A2 telc Français A2 Deutschtest für Zuwanderer (A2/B1) Key English Test (KET) London Chamber of Commerce (LCCI) – English for Business Preliminary Japanese Language Proficiency Test Stufe 3/4	telc English B1 telc Español B1 telc Italiano B1 telc Français B1 Deutschtest für Zuwanderer (A2/B1) Preliminary English Test (PET) London Chamber of Commerce (LCCI) – English for Business Level 1/2 BEC Preliminary Zertifikat Deutsch Zertifikat Niederländisch Certificado de Português	telc Deutsch B2 telc English B2 First Certificate in English (FCE) BEC Vantage London Chamber of Commerce (LCCI) – English for Business Level 2/3	telc English C1 Goethe-Zertifikat Deutsch Certificate in Advanced English (CAE) BEC Higher London Chamber of Commerce (LCCI) – English for Business Level 3/4 Japanese Language Proficiency Test Stufe 2	Certificate of Proficiency in English (CPE) London Chamber of Commerce (LCCI) – English for Business Level 4 Japanese Language Proficiency Test Stufe 1
Kurse:					
Grundstufen	**Mittelstufen**	**Abschlussstufen** Vorbereitungskurs auf das BEC	**Konversationskurse** Vorbereitungskurs auf das FCE/BEC	**Konversationskurse** Vorbereitungskurs auf das CAE/BEC	**Vorbereitungskurs** auf das CPE

Orientierungswoche Sprachen

Die VHS Dortmund hält für Sie im Januar 2015 ein attraktives Geschenk bereit. Um möglichst vielen Teilnehmer/innen die Chance zu geben, unser umfangreiches Kursangebot näher kennen zu lernen, bieten wir Ihnen vom **19. bis 22. Januar 2015** (Montag bis Donnerstag, 17.00 Uhr bis 21.00 Uhr) für ausgewählte Kurse in der Hansastr. 2-4 eine **kostenlose Orientierungsmöglichkeit** an.

Sie erhalten bei jedem Kursbesuch einen Gutschein für einen Cocktail (mit oder ohne Alkohol).

Vor und nach dem Kursbesuch können Sie sich im Raum L102 (1. Etage) kostenlos beraten lassen.

Speziell für den Sprachenbereich stehen Ihnen unsere Sprachenberaterinnen von **17.00 bis 21.00 Uhr** mit Einstufungstests und persönlichen Beratungsgesprächen zur Verfügung.

Langjährige Erfahrungen zeigen: Wer als Interessent/in mit Vorkenntnissen vor Kursbeginn die Sprachenberatung in Anspruch nimmt, findet den Kurs, der auch zum eigenen Sprachniveau passt.
Die Beratung hilft dabei, nicht den ersten Kurs, sondern den besten Kurs zu wählen!

Informieren Sie sich in unserem Programmheft oder auf unserer Homepage, besuchen Sie kostenlos die Veranstaltung Ihrer Wahl und profitieren Sie von unserem detaillierten Angebot!
Nutzen Sie diese Gelegenheit auch mehrfach, um kurz vor Kursbeginn in viele Sparten unseres Programms einzutauchen!

Unser detailliertes Orientierungsangebot, von dem nicht nur neue Kund/innen, sondern auch langjährig Teilnehmende profitieren, finden Sie unter: www.vhs.dortmund.de

Ihr VHS-Team freut sich auf Sie und wünscht Ihnen bis dahin eine gute Zeit.

VHS – Sprachen lernen

Eine Empfehlung der VHS-Praxis:
Wenn Sie bereits Kenntnisse in der gewünschten Sprache haben, sollten Sie keinen Kurs ohne vorherige Beratung auswählen. Nutzen Sie unseren individuellen Beratungsservice, damit Sie aus dem umfangreichen und differenzierten Angebot den Kurs finden, der Ihren Vorkenntnissen und Erwartungen entspricht.

Wir bieten Ihnen die kostenfreie Möglichkeit, einen persönlichen Termin für die Beratung zu vereinbaren.
Wenden Sie sich bitte an Sylvia Strauch – Telefon (0231) 50-2 56 26.

Unsere qualifizierten Sprachenberaterinnen ermitteln gemeinsam mit Ihnen Ihren Bedarf, führen einen Einstufungstest mit Ihnen durch und empfehlen Ihnen geeignete Veranstaltungen.

Für folgende Sprachen steht ein sprachenspezifischer Test zur Verfügung:.

Deutsch als Fremdsprache	**Englisch**	**Französisch**
Italienisch	**Niederländisch**	**Russisch**
Schwedisch	**Spanisch**	

Für alle anderen Sprachen nutzen Sie bitte unsere Orientierungswoche.

Fachberatung Deutsch als Fremdsprache

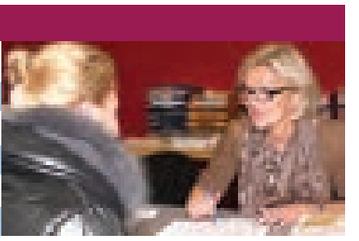
Sollten Sie eine Fachberatung für Deutsch als Fremdsprache wünschen, stehen Ihnen folgende Termine in einer offenen Sprechstunde zur Verfügung:

Montag	14.00 - 17.00 Uhr
Dienstag	14.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch	14.00 - 19.00 Uhr
Donnerstag	14.00 - 17.00 Uhr

Welcher Kurs ist der richtige für mich?

Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie uns an:

Britta Bollermann	Tel.: **50-2 24 38**
Rainer Bommert	Tel.: **50-2 47 10**
Kerstin Piel M.A.	Tel.: **50-2 74 71**
Ulrike Rüthing-Vollmer	Tel.: **50-2 47 29**



Sprachen

Altgriechisch	102
Arabisch	98
Bulgarisch	94
Chinesisch	99
Dänisch	88
Deutsch als Fremdsprache	51
Deutsche Gebärdensprache	103
Englisch	57
Finnisch	88
Französisch	88
Griechisch	91
Hindi	99
Italienisch	78
Ivrit/Neuhebräisch	99
Japanisch	100
Koreanisch	101
Kroatisch	94
Latein	102
Litauisch	97
Niederländisch	85
Norwegisch	90
Persisch	101
Polnisch	95
Portugiesisch	93
Russisch	96
Schwedisch	90
Spanisch	82
Thailändisch	101
Tschechisch	97
Türkisch	91
Ungarisch	97
Vietnamesisch	101

Deutsch als Fremdsprache

Programmbereichsleitung:
Rainer Bommert (li.)
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Aufbau der Kurse

Wir bieten Lehrgänge auf mehr als 14 Stufen von der Grundstufe A1 für Personen ohne Vorkenntnisse bis hin zur Oberstufe C2 für Personen mit sehr guten Deutschkenntnissen.

Am Ende der Grundstufe B1.3 können Sie die Prüfung „**Zertificat Deutsch**" (**B1-Prüfung**) ablegen, am Ende der Mittelstufe C1.3 das „**Goethe-Zertifikat C1**".

Personen ohne Kenntnisse der lateinischen Schrift, die überhaupt nicht oder in einer anderen Schrift Lesen und Schreiben gelernt haben, können an der Elementarbildung für Migranten teilnehmen. Darüber hinaus bieten wir Themenseminare für spezielle Zielgruppen an.

Beratung und Anmeldung

Wir beraten Sie kostenlos und stufen Sie in einen geeigneten Kurs ein.

Beratungstermine für alle Angebote „Deutsch als Fremdsprache" jeden

Montag, Dienstag und Donnerstag:
14:00 bis 17:00 Uhr
Mittwoch:
14:00 bis 19:00 Uhr

in der Volkshochschule, Hansastr. 2-4.

Elementare / Selbstständige / -Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)

Dieses Sprachniveau ist im „**Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen**" beschrieben.

Elementarbildung für Migrantinnen und Migranten

Alphabetisierung

Einführung in das deutsche Alphabet für Ausländer mit nichtlateinischer Ausgangsschrift und für ausländische Analphabeten. Sie lernen einfache deutsche Wörter und Sätze zu verstehen und zu sprechen, zu lesen und zu schreiben.

Grundkurs 1

Veranstaltung 151-30001D
Tella Mohammad Mirpur
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Freitag
ab 28.01.15, 14.00-15.30 Uhr
36 UStd., 8,00 Euro

Grundkurs 2

Veranstaltung 151-30003D
Tella Mohammad Mirpur
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Freitag
ab 15.04.15, 14.00-15.30 Uhr
36 UStd., 8,00 Euro

Sprachliche Probleme beim Führerschein-Erwerb

Deutsch-Kurs für Migranten

Die Veranstaltung richtet sich an Personen mit Migrationshintergrund, die eine Fahrerlaubnis erwerben oder erwerben möchten und sprachliche, sowie inhaltliche Probleme bei der Beantwortung der Fragen der Lehrmaterialien haben, die für die theoretische Führerscheinprüfung von Relevanz sind. Bearbeitet werden die sprachliche und inhaltliche Bedeutung von einzelnen Begriffen und deren Einordnung in die Gesamtthematik. Die Teilnehmer sollen in die Lage versetzt werden, mit fachgebundenden Termini besser umzugehen und daher ein besseres Verständnis mit dem Umgang der Lehrmaterialien für den Führerschein-Erwerb zu entwickeln.

Veranstaltung 151-30090
Kai Schäder
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
4 x Dienstag, ab 03.03.15
16.30-18.00 Uhr, 8 UStd., 36,00 Euro

Kurse auf der Niveaustufe A1

Niveaustufe A1.1

Diese Kurse sind für Personen, die keine oder wenig Deutschkenntnisse haben, aber die lateinische Schrift fließend lesen und schreiben können. Wenn Sie über geringe Vorkenntnisse verfügen, sollten Sie sich beraten lassen.
Das verwendete Lehrbuch ist mit der voraussichtlichen Lektionsangabe zu Beginn des Kurses angegeben.

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 1
Langenscheidt-Verlag, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-30100
Selahattin Yilmaz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Dienstag
ab 19.01.15, 19.30-21.00 Uhr
38 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30102
Elena Ioannidou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Donnerstag
ab 28.01.15, 16.15-17.45 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30104
Sanaz Zinati
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Termine, Montag + Mittwoch
ab 13.04.15, 12.30-14.00 Uhr
40 UStd., 88,00 Euro

Zielgruppenorientierte Veranstaltung

Interkulturelles Integrationstraining für Ukrainischsprachige

Die kulturelle Annäherung ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für eine gelungene Integration. Speziell für ukrainischsprachige Migranten ist dieses Training gedacht, dass einen Beitrag zur Verbesserung des Kommunikations- und Konfliktverhaltens leistet. Unter dem Motto „Miteinander leben - Voneinander lernen" gibt es den Teilnehmenden Möglichkeit, eigene Erfahrungen und Beispiele aus ihrem Alltag mit dem Trainer zu diskutieren und in Rollenspielen zu erleben.

Das Seminar vermittelt Kenntnisse über Werte der deutschen Gesellschaft, über kulturelle Besonderheiten von Pünktlichkeit bis Höflichkeit und setzt sich mit Vorurteilen auseinander. Was ist denn eigentlich typisch deutsch?
Der Dozent Alexander Kliutschko ist selbständiger Berater mit den Themenschwerpunkten Kultur und Kommunikation. Ein Seminar in Kooperation mit dem Programmbereich Deutsch als Fremdsprache.

Veranstaltung 151-50126
Alexander Kliutschko
Bad Laer
Samstag, 30.05.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 38,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 1
Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30110
Kristin Stanke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Termine, Dienstag + Donnerstag
ab 20.01.15, 17.45-19.15 Uhr
40 UStd., 83,60 Euro

Veranstaltung 151-30112
Simin Mula Ahmad
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Termine, Donnerstag + Freitag
ab 22.01.15, 10.00-11.30 Uhr
40 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-30114
Elena Ioannidou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-21.15 Uhr, 36 UStd.
79,20 Euro

Veranstaltung 151-30116
Selahattin Yilmaz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Montag + Dienstag
ab 13.04.15, 19.30-21.00 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30118
Elena Ioannidou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Donnerstag
ab 15.04.15, 16.15-17.45 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Niveaustufe A1.3

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 1
Veranstaltung 151-30120
Sanaz Zinati
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 20.01.15
9.00-12.15 Uhr, 40 UStd.
88,00 Euro

Veranstaltung 151-30122
Kristin Stanke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Dienstag + Donnerstag
ab 14.04.15, 17.45-19.15 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30124
Simin Mula Ahmad
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Donnerstag + Freitag
ab 16.04.15, 10.00-11.30 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30126
Elena Ioannidou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-21.15 Uhr, 36 UStd.
79,20 Euro

Kurse auf der Niveaustufe A2

Niveaustufe A2.1

Lehrbuch: Berliner Platz Neu Band 2
Veranstaltung 151-30210
Sanaz Zinati
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 19.01.15, 10.30-12.00 Uhr
38 UStd., 83,60 Euro

Veranstaltung 151-30212
Silvia Hegels
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
9.00-11.30 Uhr, 30 UStd.
66,00 Euro

Veranstaltung 151-30214
Sanaz Zinati
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
9.00-12.15 Uhr, 40 UStd.
88,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 2
Veranstaltung 151-30220
Tella Mohammad Mirpur
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Freitag
ab 28.01.15, 17.45-19.15 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30224
Sanaz Zinati
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Termine, Montag + Mittwoch
ab 13.04.15, 10.30-12.00 Uhr
40 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-30226
Silvia Hegels
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 22.04.15
9.00-11.30 Uhr, 30 UStd., 66,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 2
Veranstaltung 151-30230
Tella Mohammad Mirpur
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Freitag
ab 28.01.15, 16.00-17.30 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30234
Tella Mohammad Mirpur
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Freitag
ab 15.04.15, 17.45-19.15 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Kurse auf der Niveaustufe B1

In Deutschland leben (B1)
Über Deutschland und die Deutschen sprechen
- Was ist typisch Deutsch?
- Deutsche Traditionen und Feste
- Benehmen und Verhalten
- Du oder Sie?
- Die "Deutsche Pünktlichkeit"
- Kulturen vergleichen
- Politik, Geschichte, Religion
- Ruhrgebiet – das Herz Deutschlands

Veranstaltung 151-30300D
Sonja Töpfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 Termine, Montag + Donnerstag
ab 09.03.15, 18.00-20.15 Uhr
15 UStd., 45,00 Euro

Veranstaltung 151-30302D
Sonja Töpfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 Termine, Montag + Donnerstag
ab 08.06.15, 18.00-20.15 Uhr
15 UStd., 45,00 Euro

Grammatik Intensiv für Anfänger/innen (B1)
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon länger in Deutschland leben und sich mündlich verständigen können. Im Kurs wird die bereits erlernte Grammatik erweitert, praktisch angewendet und gefestigt. Das Sprachniveau der Teilnehmer sollte sich auf der Stufe B1 bewegen. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Veranstaltung 151-30304D
Nicola Piech
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-20.00 Uhr, 30 UStd., 81,00 Euro

Veranstaltung 151-30306D
Nicola Piech
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
17.45-20.00 Uhr, 30 UStd., 90,00 Euro

Niveaustufe B1.1

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 3
Veranstaltung 151-30308
Tella Mohammad Mirpur
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Mittwoch + Freitag
ab 15.04.15, 16.00-17.30 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Niveaustufe B1.2

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 3
Veranstaltung 151-30310
Sonja Töpfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Donnerstag
ab 19.01.15, 9.00-11.15 Uhr
57 UStd., 125,40 Euro

Niveaustufe B1.3

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 3
Veranstaltung 151-30318
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 19.01.15, 17.45-19.15 Uhr
38 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30320
Sonja Töpfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Donnerstag
ab 13.04.15, 9.00-11.15 Uhr
57 UStd., 125,40 Euro

Kurse auf der Niveaustufe B2

Niveaustufe B2.1

Lehrwerk: Aspekte Band 1 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30400
Karin Reitlinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 19.01.15, 17.45-19.15 Uhr
38 UStd., 79,20 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2
Veranstaltung 151-30402
Selahattin Yilmaz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Dienstag
ab 19.01.15, 17.45-19.15 Uhr
38 UStd., 79,20 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2
Veranstaltung 151-30404
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 13.04.15, 17.45-19.15 Uhr
38 UStd., 83,60 Euro

Niveaustufe B2.2

Lehrwerk: Aspekte Band 2 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30410
Sabine Twieling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Dienstag + Donnerstag
ab 20.01.15, 15.00-16.30 Uhr
40 UStd., 83,60 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30412
Josi Dicken
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
17 Montag + Dienstag, ab 26.01.15
15.45-17.15 Uhr, 34 UStd., 74,80 Euro

Lehrwerk: Berliner Platz Neu, Band 4
Veranstaltung 151-30414
Elena Ioannidou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-21.15 Uhr, 36 UStd., 79,20 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2
Veranstaltung 151-30416
Selahattin Yilmaz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Montag + Dienstag, ab 13.04.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 79,20 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 1
Veranstaltung 151-30418
Karin Reitlinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
21 Termine, Montag + Mittwoch
ab 13.04.15, 17.45-19.15 Uhr
42 UStd., 92,40 Euro

Deutsch für den Beruf

Mittelstufe B2.3

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 4
Veranstaltung 151-30420
Sanaz Zinati
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 19.01.15, 12.30-14.00 Uhr
38 UStd., 83,60 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30422
Josi Dicken
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Montag + Dienstag
ab 13.04.15, 15.45-17.15 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2
Veranstaltung 151-30424
Sabine Twieling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
17 Termine, Dienstag + Donnerstag
ab 14.04.15, 15.00-16.30 Uhr
34 UStd., 74,80 Euro

Lehrbuch: Berliner Platz Neu, Band 4
Veranstaltung 151-30426
Elena Ioannidou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-21.15 Uhr, 40 UStd.
88,00 Euro

Kurse auf der Niveaustufe C1

Niveaustufe C1.1

Lehrwerk: Aspekte Band 3 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30500
Hedda Burkhard
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 19.01.15, 17.45-19.15 Uhr
38 UStd., 79,20 Euro

Lehrwerk: Aspekte Band 2
Veranstaltung 151-30502
Karin Reitlinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
21 Termine, Montag + Mittwoch
ab 13.04.15, 19.30-21.00 Uhr
42 UStd., 92,40 Euro

Niveaustufe C1.2

Lehrwerk: Aspekte Band 3 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30510
Ellen Steinbach
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Dienstag + Donnerstag
ab 27.01.15, 19.30-21.00 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30512
Hedda Burkhard
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
20 Montag + Mittwoch, ab 13.04.15
17.45-19.15 Uhr, 40 UStd.
88,00 Euro

Niveaustufe C1.3

Lehrwerk: Aspekte Band 3 (Lehrbuch und Arbeitsbuch), Langenscheidt-Verlag
Veranstaltung 151-30520
Karin Reitlinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 Termine, Montag + Mittwoch
ab 19.01.15, 19.30-21.00 Uhr
38 UStd., 79,20 Euro

Veranstaltung 151-30522
Ellen Steinbach
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Dienstag + Donnerstag
ab 14.04.15, 19.30-21.00 Uhr
36 UStd., 79,20 Euro

Kurse auf der Niveaustufe C 2

Vorbereitungskurs auf das Goethe-Zertifikat C2

Der Kurs bereitet in 3 Modulen auf die im Herbst 2015 stattfindende Prüfung Goethe-Zertifikat C2 (Großes Deutsches Sprachdiplom) vor, die die bisherige KDS-Prüfung (Kleines Deutsches Sprachdiplom) ersetzt. Er ist aber auch geeignet für Teilnehmer/innen, die ihr allgemeines Sprachniveau verbessern wollen. Inhalt des Kurses ist der Umgang mit Literatur und anspruchsvollen Sachtexten, Übungen zur Grammatik und Wortschatzerweiterung, das Abfassen schriftlicher Texte und die Einübung von Diskussion und freier Rede. Voraussetzung sind sehr gute Kenntnisse der Niveaustufe C1 (eine Beratung wird empfohlen).

Modul 1
Veranstaltung 151-30600D
Karin Schada
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 Termine, Dienstag + Freitag
ab 20.01.15, 17.00-19.15 Uhr
54 UStd., 153,00 Euro

Modul 2
Veranstaltung 151-30602D
Karin Schada
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 Dienstag + Freitag, ab 14.04.15
17.00-19.15 Uhr, 48 UStd.
144,00 Euro

Das Abschlussmodul 3 findet nach den Sommerferien statt.

Berufsbezogenes Deutsch für internationale Kranken- und Altenpflegende

Niveaustufe B1/B2

Für internationale Pflegekräfte, die ihren deutschen Fachsprachwortschatz festigen oder erweitern möchten. Ebenso für jene, die zur Berufsanerkennung ein "B2 Pflege" Sprachzertifikat erhalten möchten.

Inhalt:
- Leseverstehen und das selbstständige Dokumentieren von Pflegeleistungen trainieren.
- Berufsbezogene Erörterungen in deutscher Sprache verstehen.

Veranstaltung 151-30700D
Heike Offermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
33 Termine, Montag + Mittwoch
ab 12.01.15, 14.30-16.45 Uhr
99 UStd., 594,00 Euro

Berufsbezogenes Deutsch für internationale Mediziner

Niveaustufe B2/C1

Dieser Kurs richtet sich an internationale Mediziner, die ihren deutschen Fachsprachwortschatz erweitern möchten und ebenso solchen, die ihre Approbation oder ihren Facharzttitel erlangen wollen.

Inhalt:
- Im Praxis- oder Klinikalltag erfolgreich mit den Kollegen und den Patienten kommunizieren.
- Leseverstehen und das selbstständige Verfassen von Fachdokumentationen und Patientenberichten trainieren.
- Wissenschaftliche Erörterungen in deutscher Sprache verstehen.

Veranstaltung 151-30710D
Ulrike Hamman/Stefanie Burczyk
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
25 Termine, Mo-Do, ab 12.01.15
9.00-12.15 Uhr, 100 UStd.
600,00 Euro

Dieser Kurs bereitet gezielt auf die Prüfung "TELC Deutsch B2-C1 Medizin" vor, die am 27.02.2015 (Anmeldeschluss: 23.01.2015) in der Volkshochschule Dortmund durchgeführt wird.
Die Prüfung besteht aus einer schriftlichen Gruppenprüfung mit den Teilen Leseverstehen, Hörverstehen und schriftlicher Ausdruck sowie aus einer mündlichen Einzelprüfung.

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Prüfungen und Vorbereitungen auf die Prüfungen

Vorbereitung auf die Deutsch-Prüfung "Start Deutsch A1"

In den folgenden Workshops werden die Inhalte und die Durchführung der schriftlichen und mündlichen Prüfung der Prüfung **"Start Deutsch A1"** (Kompetenzstufe A1) trainiert.
Beratung dringend empfohlen!

Veranstaltung 151-30890D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15,
13.30-16.45 Uhr, 4 UStd.
20,00 Euro

Veranstaltung 151-30892D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.03.15,
13.30-16.45 Uhr, 4 UStd.
20,00 Euro

Veranstaltung 151-30894D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 30.04.15,
13.30-16.45 Uhr, 4 UStd.
20,00 Euro

Veranstaltung 151-30896D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 18.06.15,
13.30-16.45 Uhr, 4 UStd.
20,00 Euro

Deutsch-Prüfung "Start Deutsch A1"

Die Prüfung **"Start Deutsch A1"** gilt als Nachweis einfacher Deutschkenntnisse für den Ehegattennachzug nach Deutschland.
Voraussetzung: ca. 150 Unterrichtsstunden Deutsch.
Ein Modelltest kann im Internet unter **www.telc.net** heruntergeladen werden.
Das Prüfungsentgelt beträgt 80,00 Euro (Keine Ermäßigung möglich). Ein Rücktritt nach dem Anmeldeschluss ist nur nach Vorlage eines Attests und unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25,00 Euro möglich.
Weitere Einzelheiten zum Inhalt der Prüfungen (Modelltest) erfahren Sie bei Ihrer Kursleiterin oder im Programmbereich.
Telefon: **50-2 47 10 / 50-2 56 26.**

Veranstaltung 151-30900
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 29.01.15, 13.00-16.00 Uhr
80,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 09.01.15

Veranstaltung 151-30902
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.03.15, 13.00-16.00 Uhr
80,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 06.03.15

Veranstaltung 151-30904
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 07.05.15, 13.00-16.00 Uhr
80,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.04.15

Veranstaltung 151-30906
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 25.06.15, 13.00-16.00 Uhr
80,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 05.06.15

Das Zertifikat Deutsch

B1-Prüfung

Diese Prüfung eignet sich z.B. für Au Pairs, Studenten, Migranten, die nicht in Deutschland bleiben wollen (Qualifikation wird im Heimatland benötigt). Sie prüft allgemeinsprachliche Kenntnisse und steht allen offen. Das Zertifikat Deutsch B1 ist ein in Deutschland anerkannter Nachweis über ausreichende Sprachkenntnisse im Rahmen der Einbürgerung. Das Wiederholen einzelner nicht bestandener Prüfungsteile (mündlich bzw. schriftlich) ist gestattet.

Wie sieht die Prüfung aus?
Das Zertifikat Deutsch ist eine Prüfung, die überall in Deutschland gleich ist. Es gibt eine mündliche und eine schriftliche Prüfung, die aus mehreren Teilen besteht:

1. schriftliche Prüfung:
Lesen, Hören, Grammatik, ein Brief
Dieser Teil der Prüfung dauert 3 Stunden und findet am Vormittag statt.

2. mündliche Prüfung:
Dieser Teil der Prüfung dauert 40 Minuten und findet am gleichen Nachmittag statt.

Die Prüfungsgebühr beträgt 125,00 Euro. Eine Ermäßigung ist nicht möglich.
Ein Rücktritt nach dem Anmeldeschluss ist nur nach Vorlage eines Attests und unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25,00 Euro möglich.
Weitere Einzelheiten zum Inhalt der Prüfungen (Modelltest) erfahren Sie bei Ihrer Kursleiterin oder im Programmbereich.
Telefon: **50-2 47 10 / 50-2 56 26**
Nähere Informationen zur Prüfung sowie kostenlose Downloads der gesamten Prüfung mit ausführlichen Hinweisen zu Testformaten, Durchführung und Auswertung finden Sie im Internet unter: **www.telc.net** und **www.sprachenzertifikate.de**.

Das Zertifikat Deutsch B1-Prüfung

Veranstaltung 151-30930
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 16.01.15, 9.00-16.00 Uhr
125,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 12.12.14

Das Zertifikat Deutsch B1-Prüfung

Veranstaltung 151-30932
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.02.15, 9.00-16.00 Uhr
125,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 12.01.15

Vorbereitung auf die Prüfung "Zertifikat Deutsch" (B1-Prüfung) am 13.02.15

Veranstaltung 151-30922D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 9.30-15.30 Uhr
36,00 Euro

Das Zertifikat Deutsch B1-Prüfung

Veranstaltung 151-30934
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.03.15, 9.00-16.00 Uhr
125,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 23.02.15

Vorbereitung auf die Prüfung "Zertifikat Deutsch" (B1-Prüfung) am 27.03.15

Veranstaltung 151-30924D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.30-15.30 Uhr
36,00 Euro

Das Zertifikat Deutsch B1-Prüfung

Veranstaltung 151-30936
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 9.00-16.00 Uhr
125,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 07.04.15

Vorbereitung auf die Prüfung "Zertifikat Deutsch" (B1-Prüfung) am 08.05.15

Veranstaltung 151-30926D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-15.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Das Zertifikat Deutsch B1-Prüfung

Veranstaltung 151-30938
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 26.06.15, 9.00-16.00 Uhr
125,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 26.05.15

Vorbereitung auf die Prüfung "Zertifikat Deutsch" (B1-Prüfung) am 26.06.15

Veranstaltung 151-30928D
Dr. Steffen Brokmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15, 9.30-15.30 Uhr
36,00 Euro

Deutsch B2-Prüfung

Es werden allgemeine Deutschkenntnisse auf fortgeschrittenem Niveau geprüft.

Was können Sie auf der Stufe B2?
Auf der Stufe B2 können Sie sich klar und detailliert ausdrücken sowie erfolgreich argumentieren und verhandeln. Im eigenen Fachgebiet und zu den meisten allgemeinen Themen verfügen Sie über einen großen Wortschatz. Sie beherrschen die Grammatik recht gut.
Wie ist die Prüfung aufgebaut?
Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Die schriftliche Prüfung dauert 2 Stunden und 20 Minuten. Vor der mündlichen Prüfung haben Sie 20 Minuten Vorbereitungszeit; die mdl. Prüfung dauert ebenfalls 20 Minuten.

Die Prüfungsgebühr beträgt 150,00 Euro. Eine Ermäßigung ist nicht möglich.
Ein Rücktritt nach dem Anmeldeschluss ist nur nach Vorlage eines Attests und unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25,00 Euro möglich.

Veranstaltung 151-30940
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.03.15, 9.30-16.00 Uhr
150,00 Euro

Anmeldung bis spätestens 27.02.15

Deutsch B2-C1 Medizin (TELC)

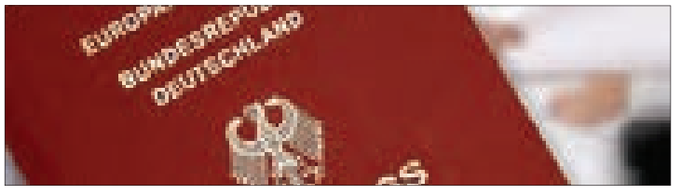
Die "telc Deutsch B2-C1 Medizin" ist eine skalierte Prüfung auf den Kompetenzstufen B2 und C1. Sie prüft fachbezogene Deutschkenntnisse von Ärztinnen und Ärzten aus dem Ausland. telc Deutsch B2-C1 bewegt sich bezüglich Lexik und grammatischer Strukturen jeweils im oberen Bereich von B2 und C1. Besonders die Fachlexik ist an der Praxis des Arbeitsalltags eines Krankenhauses oder einer Klinik orientiert.

Die Prüfung bietet eine differenzierte Auswertung Ihrer Sprachkompetenz in den Fertigkeiten Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen. Sie erfahren genau, in welchen Bereichen die Stufe B2 oder C1 erreicht wurde.

Was können Sie auf den Stufen B2 und C1?
Auf der Stufe B2 können Sie sich klar und detailliert ausdrücken sowie erfolgreich argumentieren und verhandeln. Im eigenen Fachgebiet und zu den meisten allgemeinen Themen verfügen Sie über einen großen Wortschatz. Sie beherrschen die Grammatik recht gut. Auf der Stufe C1 können Sie sich spontan und fließend ausdrücken. Mit umgangssprachlichen Wendungen sind Sie vertraut und können den Sprachstil gezielt variieren. Sie behalten ein hohes Maß an grammatischer Korrektheit bei.
Wie ist die Prüfung aufgebaut?
Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Die schriftliche Prüfung dauert circa 3 Stunden. Die mündliche Prüfung kann am Tag der schriftlichen Prüfung oder an einem anderen Tag stattfinden. Vor der mündlichen Prüfung ist eine Vorbereitungszeit von 10 Minuten vorgesehen. Nach Teil 1 in der mündlichen Prüfung (Anamnesegespräch) wird eine weitere Zwischenbearbeitungszeit von 5 Minuten gegeben.
Die Prüfungsgebühr beträgt 170,00 Euro. Eine Ermäßigung ist nicht möglich. Ein Rücktritt nach dem Anmeldeschluss ist nur nach Vorlage eines Attests und unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25,00 Euro möglich.

Veranstaltung 151-30946
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.02.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 170,00 Euro

Anmeldung bis spätestens 23.01.15



Der Einbürgerungstest

Einbürgerungstest-Prüfung

Mit dem bundeseinheitlichen Einbürgerungstest sollen „Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland" nachgewiesen werden.

Diese werden seit dem 1. September 2008 als zusätzliche Einbürgerungsvoraussetzung in § 10 Abs. 1 Satz 1 Nr. 7 des Staatsangehörigkeitsgesetzes verlangt.

Teilnehmen können nur Personen mit ausländischem Pass und gültiger Aufenthaltsgenehmigung. Diese Dokumente sind beim Prüfungstermin vorzulegen.

Bei dem Einbürgerungstest handelt es sich um einen Multiple-Choice-Test, der pro Frage vier Antwortmöglichkeiten vorgibt, von denen jeweils nur eine richtig ist. Wer auf dem Prüfungsfragebogen 17 der 33 Fragen richtig angekreuzt hat, hat den Test bestanden. Der Test dauert ca. 1 Stunde und kostet 25,00 Euro. Das Entgelt kann nicht ermäßigt werden.

Ein Rücktritt nach dem Anmeldeschluss ist nur nach Vorlage eines Attests möglich.

Den Fragenkatalog können Sie aus dem Internet herunterladen:
www.bmi.bund.de oder
www.bamf.de

Die konkreten Termine erfahren Sie im Programmbereich oder an unserer Kasse im Erdgeschoss.
Der Anmeldeschluss für die jeweilige Prüfung ist grundsätzlich ca. 4 Wochen vor dem angestrebten Termin.

Die Anmeldung zum Test muss persönlich in der Volkshochschule zu den Kassenöffnungszeiten montags bis donnerstags, 10.00 bis 17.00 Uhr, freitags, 10.00 bis 12.00 Uhr, erfolgen.

Goethe-Zertifikat C1

Die Prüfung **Goethe-Zertifikat C1** wird weltweit durchgeführt und entspricht der Kompetenzstufe C 1 des Gemeinsamen Referenzrahmens des Europarates. Sie besteht aus einer schriftlichen Gruppenprüfung mit den Teilen Leseverstehen, Hörverstehen und schriftlicher Ausdruck sowie aus einer mündlichen Einzelprüfung.
Voraussetzung für die Teilnahme sind ein Mindestalter von 16 Jahren und der Besuch eines Vorbereitungskurses der VHS.
Das Prüfungsentgelt beträgt 180,00 Euro. Für Kandidat / innen, die keinen Vorbereitungskurs bei der Volkshochschule besucht haben, beträgt das Prüfungsentgelt 250,00 Euro. Eine Ermäßigung ist nicht möglich.

Nach Anmeldeschluss wird bei einem Rücktritt grundsätzlich das volle Prüfungsentgelt erhoben.
Im Kurs der Mittelstufe C1.3 können Sie sich auf diese Prüfung vorbereiten. Weitere Einzelheiten erfahren Sie von Ihrem Kursleiter oder im Programmbereich.
Tel.: **50-2 47 10 / 50-2 56 26**
Die Anmeldung ist nicht im Internet möglich, nur über den Kursleiter oder im Programmbereich (Frau Strauch, Zimmer L 502).

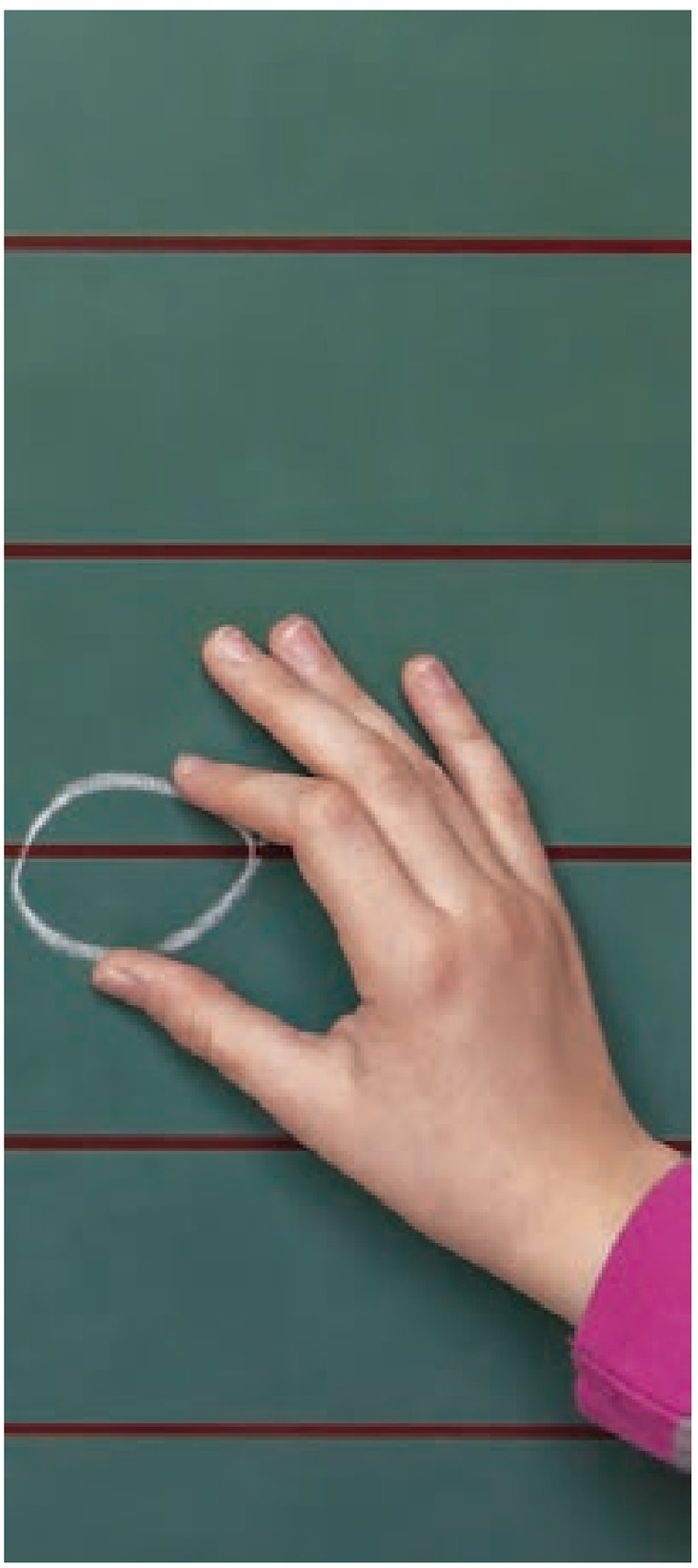
Veranstaltung 151-30950
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 06.06.15, 9.00-16.00 Uhr
180,00 Euro

Anmeldung bis spätestens 15.04.15

Integrationskurse

Weiterbildunsmanagement
Jasmin Dieckerhoff (li.)
(0231) 50-2 47 05
jdieckerhoff@stadtdo.de

Sachbearbeitung
Desirée Göhlich
(0231) 50-2 60 53
dgoehlich@stadtdo.de



Integrationskurse

Die Volkshochschule Dortmund ist als Träger für Integrationskurse nach dem Zuwanderungsgesetz anerkannt.
Integrationskurse vermitteln Sprachkenntnisse und Orientierungswissen für Migrantinnen und Migranten, die dauerhaft in Deutschland leben werden.

Nach dem Zuwanderungsgesetz müssen Neuzuwanderer ohne genügende Deutschkenntnisse an Integrationskursen teilnehmen. Diese Kurse umfassen einen 600-stündigen Sprachkurs (3 Basiskurse und 3 Aufbaukurse zu je 100 Unterrichtsstunden) und einen 60-stündigen Orientierungskurs.

Die Teilnehmer/innen zahlen 1,20 Euro pro Unterrichtsstunde, den Rest übernimmt das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Auch wenn Sie sich schon länger in Deutschland aufhalten, können Sie einen Integrationskurs besuchen; dazu müssen Sie beim BAMF einen Antrag auf Zulassung stellen.
Wenn Sie Arbeitslosengeld II oder Sozialhilfe erhalten, können Sie auf Antrag von den Kosten befreit werden.

An Integrationskursen können – in Absprache mit dem Programmbereich – auch Personen ohne Förderung des BAMF teilnehmen. In diesem Fall beträgt das Entgelt für den Kurs 150,00 Euro (60 UStd.) bzw. 250,00 Euro (100 UStd.).

Beratung und Anmeldung

Wir beraten Sie kostenlos, helfen Ihnen beim Ausfüllen der Anträge und stufen Sie in einen geeigneten Kurs ein.

Bringen Sie bitte Ihren Pass und – falls vorhanden – einen Nachweis über den Bezug von Arbeitslosengeld II bzw. Sozialhilfe mit. Spätaussiedler müssen ihren Registrierschein mitbringen.

Beratungstermine für alle Angebote **Deutsch als Fremdsprache**

Montag	14.00 bis 17.00 Uhr
Dienstag	14.00 bis 17.00 Uhr
Mittwoch	14.00 bis 19.00 Uhr
Donnerstag	14.00 bis 17.00 Uhr

im **Forum der Volkshochschule**, Hansastr. 2-4.

Nach Abschluss des Integrationskurses wird die Sprachprüfung **Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ)** auf der Niveaustufe B 1 des Europäischen Referenzrahmen abgelegt.

Bundesamt für Migration und Flüchtlinge

vhs.

Englisch

Weiterbildungsmanagement:
Kerstin Piel M.A.
(0231) 50-2 74 71
kpiel@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Anfängerstufe bis Konversationskurse, berufsbezogene Lehrgänge und Prüfungslehrgänge, Englisch für Senior/innen

Elementare Sprachverwendung (A1)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Die Niveaustufen A1.1 - A1.3

In diesen Niveaustufen wird vorwiegend das Lehrwerk "Fairway A1" behandelt. Der Schwerpunkt liegt auf der Verständigung, d. h. bei der mündlichen Kommunikation. Daneben erwerben Sie erste Grundlagen der Grammatik und einen Grundwortschatz von ca. 800 Vokabeln. Nach erfolgreichem Abschluss dieser Stufe verständigen Sie sich auf einfache Art, verstehen kurze Sätze oder können einfache Fragen stellen bzw. beantworten.

Niveaustufe A1.1

Englisch für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Intensivwoche

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
Ziel ist es, sich auf einfache Art über vertraute Themen zu verständigen, beim Lesen oder Hören einzelne Wörter und einfache Sätze zu verstehen sowie sich einfache Notizen zu machen.
Das Lehrbuch "Fairway A1" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501496-1) bitte vorab erwerben.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 08.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32100D
Barbara Spree
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Trauen Sie sich!

Für die Generation 50+
ohne englische Vorkenntnisse

Englisch mit Spaß und Humor lernen in entspannter Atmosphäre. - Mithilfe des Lehrwerkes "Easy English A 1.1" (Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-06-520805-5) meistern Sie in kurzer Zeit einfache sprachliche Situationen.

Lehrbuch: Easy English A 1.1
ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32104D
Hamida Deverall-Eschenröder
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Lehrbuch: Easy English A 1.1
ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32105D
Hamida Deverall-Eschenröder
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Zum ersten Mal Englisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs lernen Sie mithilfe des Lehrwerks "Fairway A1" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501496-1) beispielsweise, jemanden zu begrüßen und zu sagen, woher Sie kommen. Sie üben, sich in einfachen Reisesituationen am Flughafen, beim Einkaufen und im Pub zu verständigen oder machen etwas Party Small Talk. Auch Zahlen, die Uhrzeit und das Alphabet können Sie bald auf Englisch benennen.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32107D
Gabriele Bogenschütz-von der Mühlen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Englisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Intensivwoche

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
In dieser Veranstaltung liegt der Schwerpunkt auf der Verbesserung der Kommunikation in englischer Sprache. Die Themenschwerpunkte sind u.a. Sprechen über Lebensmittel, sich in einer fremden Stadt orientieren und Informationen über sich selbst zu geben. Darüber hinaus werden grammatische Grundlagen wiederholt und neue Strukturen eingeführt. Das Lehrbuch "Fairway A1" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501496-1) bitte vorab käuflich erwerben.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 08.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 6
Veranstaltung 151-32200D
Kathrin Packeiser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Now or Never

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Alle Teilnehmenden, die in die Sprache einsteigen, bekommen die Möglichkeit, step by step Englischkenntnisse zu erwerben oder zu reaktivieren. Hierbei wird jeder Einzelne in angenehmer und freundlicher Atmosphäre unterstützt und begleitet.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 5
Veranstaltung 151-32208D
Manuel Von der Mühlen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 8
Veranstaltung 151-32209D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-32210D
Olga Kovrajska-Kljutschko
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
17 x Montag, ab 26.01.15
19.35-21.05 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Flatrate-Ticket Englisch

Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Englisch

Nach dem Erfolg der Sprachen-Flatrate für die Sprachen Französisch, Spanisch und Italienisch gibt es ab Januar 2015 eine eigene Flatrate für ausgewählte Veranstaltungen aus dem Programmbereich Englisch.
Da immer mehr Teilnehmende in Sprachkursen den Wunsch nach flexiblerer Kursteilnahme äußern, wird die VHS für ausgewählte Kurse aus dem Programmbereich Englisch ein Flatrate-Ticket anbieten.
Mit diesem Ticket lernen Sie Englisch, wann, wo und wie oft Sie wollen.

Alles ist möglich:
- immer in der gleichen Gruppe oder jedes Mal in einem anderen Kurs
- Start zu Beginn des Semesters oder später, Sie haben die Wahl!
- Auswahl aus 34 Kursen

Wie funktioniert die Flatrate ?
Sie erwerben ein Sprachen-Flatrate-Ticket zum Preis von 199,00 Euro und können damit alle Flatrate Veranstaltungen im Programmbereich Englisch ohne Anmeldung besuchen.

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungsnummer an. Sie erhalten von uns umgehend eine Rechnung. Nach Bezahlung der Rechnung wird Ihnen das Ticket zugeschickt.

Bringen Sie das Ticket zu Ihrem Kursbesuch mit und genießen Sie Ihre Flexibilität!

Veranstaltung 151-32000
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 11.12.14,
199,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 7
Veranstaltung 151-32211D
Gabriele Anskeit
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
17 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 5
Veranstaltung 151-32212D
Klaus-Jürgen Weiß
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-32215D
Gabriele Anskeit
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-32216D
Barbara Spree
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Englisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Intensivwoche

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
In dieser Intensivwoche für Teilnehmende mit Vorkenntnissen werden, aufbauend auf den bereits erworbenen Englischkenntnissen, der Wortschatz vergrößert und die grammatischen Strukturen erweitert. Besonderer Fokus liegt auf der Einführung der Simple Past Tense und dem Sprechen über Ereignisse in der Vergangenheit.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 08.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32300D
Gabriele Anskeit
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Einsteigen und durchstarten!

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Sie hatten bislang nur wenig Gelegenheit, Englisch zu lernen? Das macht gar nichts! Besser jetzt als nie weitermachen, und deshalb heißen wir Sie beim Englischkurs mit Fairway A1 willkommen (ISBN: 978-3-12-501496-1). Gemeinsam mit anderen Teilnehmenden steigen Sie in die Sprache ein und gehen Lektion für Lektion durch.
Haben Sie Spaß beim "Reading for fun", und testen Sie Ihre Lernerfolge beim "Self-check"! See you soon!

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 11
Veranstaltung 151-32302D
Kathrin Packeiser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
136,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 14
Veranstaltung 151-32304D
Olga Kovrajska-Kljutschko
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
17 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

English Express

Learning English without delay

Sie haben bereits Sprachkenntnisse in Englisch und möchten diese kurzfristig auffrischen? Sie haben den Beginn Ihres Englischkurses verpasst oder können nicht jede Woche zur selben Zeit einen Kurs besuchen?
Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack. Dieses Seminar mit hohem Lerntempo ermöglicht es Ihnen, in die Sprache reinzuschnuppern und Sie für einen unserer regelmäßigen Kurse zu begeistern. Es bietet aber auch die Möglichkeit, unabhängig von festen Kursen Englischkenntnisse aufzufrischen.
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32316D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-14.00 Uhr
6 UStd., 24,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Englisch einmal anders

Refresh your English and your Body

Fitness für Frauen

Sie möchten Ihre englischen Sprachkenntnisse verbessern, ihre Merkfähigkeit steigern, sich durch Bewegung fit halten und sich gleichzeitig mit Musik positiv auf die neue Woche einstimmen? Dann sind Sie hier genau richtig! Mit leichten Fitness- und Entspannungsübungen halten Sie Ihr Gehirn dynamisch in Schwung, und das Englisch-Lernen fällt Ihnen viel leichter!
Diese Veranstaltung richtet sich ausschließlich an Frauen.
Bitte bequeme Kleidung und saubere Turnschuhe, ein großes Handtuch sowie eine Bodenmatte mitbringen.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32416D
Bettina Kliebisch
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 26.01.15
9.30-11.00 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

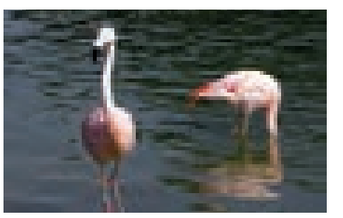
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32417D
Bettina Kliebisch
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 13.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

A Day at the Zoo

Englisch-reicher Ausflug für Groß und Klein

Bei diesem Ausflug in den Dortmunder Zoo lernen Kinder (6-12 Jahre) und ihre erwachsene/n Begleitperson/en ein Basisvokabular rund um das Thema "Zoo". Wie kaufe ich auf Englisch eine Eintrittskarte? Wie heißen die Tiere? Was kostet das Tierfutter? ... und ... und ... und.
Als Einstieg in die Erlebniswelt "Zoo" unternehmen wir englische Kennenlernspiele. Die Kosten für den Zooeintritt sind im Entgelt enthalten.
Der Workshop wird in Kooperation mit dem Dortmunder Zoo durchgeführt.
Bei Buchung bitte Kinder-/Schüler-Ausweis vorlegen.
(Mindestteilnehmerzahl: 3 Erw. / 7 Kinder)

Exkursion
Veranstaltung 151-32420
Bettina Kliebisch
Hombruch
Treffpunkt: Zoo Dortmund Haupteingang, Mergelteichstraße 80
Samstag, 09.05.15, 11.00-15.00 Uhr
5 UStd.
15,00 Euro (pro Erw., nicht ermäßigbar)
12,50 Euro (pro Kind, nicht ermäßigbar)



Elementare Sprachverwendung (A2)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Die Niveaustufen (A2.1 - A2.3)

In diesen Niveaustufen ist die mündliche Verständigung das Hauptziel. Neben der sprachlichen Genauigkeit trainieren die Teilnehmer/innen das Hör- und Leseverständnis. Wichtige Alltagsthemen stehen im Vordergrund, der Wortschatz umfasst ca. 1800 Vokabeln.

Niveaustufe A2.1

Intensivwoche

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
Im Kurs verwenden Sie unterschiedliche Lehrbücher und Materialien.
Der Lehrgangsschwerpunkt liegt auf der Verbesserung der Sprechfertigkeit. In Übungen (z. B. Rollenspiele) frischen Sie alte Sprachkenntnisse auf bzw. erweitern Ihren Wortschatz. Im Mittelpunkt stehen Situationen des alltäglichen und beruflichen Lebens.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 05.12.14

Bildungsurlaub/Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32500D
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 19.01.-23.01.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32501D
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Rasch voran

Englisch im Doppelpack für Aktive

Wenn Sie bereit sind, sich zwei Abende pro Woche in den Bann der englischen Sprache ziehen zu lassen, dann sind Sie für diesen Kompaktkurs gut vorbereitet. Es erwarten Sie: spannende Themen, lebendige Dialoge, unterhaltsame Texte und ein Querschnitt durch die Grammatik.

Sommer-VHS
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32503D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 Dienstag + Donnerstag, ab 21.07.15
19.30-21.00 Uhr, 8 UStd., 32,00 Euro

Step by Step
Englisch im Alltag und auf Reisen
Dieses Seminar bietet Ihnen Gelegenheit, miteinander Englisch zu sprechen und zu hören, die Grammatik zu festigen und Ihren Wortschatz aufzubauen. Ob es um Reisebroschüren, Wochenendausflüge, Fragen und Beschwerden zu Ferienunterkünften oder um Shopping geht: Schritt für Schritt kommen Sie zum Lernerfolg.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32523D
Kathrin Packeiser
Brackel
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Donnerstag, ab 22.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 2 und Lektüre
Veranstaltung 151-32525D
Klaus-Jürgen Weiß
Brackel
Immanuel-Kant-Gymnasium
Grüningsweg 42
18 x Montag, ab 26.01.15
19.45-21.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32532D
Gabriele Anskeit
Brackel
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 6
Veranstaltung 151-32533D
Olga Kovrajska-Kljutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.35-21.05 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32545D
Hörde
Großer Nachbarschaftstreff
Clarenberg 11
18 x Freitag, ab 30.01.15
17.00-18.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Great! A2
und leichter lernen
Der Titel "Great! A2" ist Programm: Das Lehrwerk für Erwachsene (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501482-4) ermöglicht großartige Lernfortschritte in der englischen Sprache!
Effektives Lernen wird durch Hörspiele, Quizaufgaben und viele fantasievolle Übungen leicht gemacht: Die humorvollen und lebensnahen Inhalte, speziell die innovativen "Survival English-Seiten", bereiten optimal auf Begegnungen im Alltag vor.

Lehrbuch: Great A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32548D
Barbara Nölling
Huckarde
Begegnungszentrum Deusen
Deusener Str. 215
18 x Montag, ab 26.01.15
19.45-21.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Great! A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32549D
Hamida Deverall-Eschenröder
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Englische Grammatik – leicht erklärt
Mehr Durchblick bei kniffligen Fragen rund um die Grammatik ..., denn die Grammatik ist das Gerüst einer Sprache. Gemeinsam – vom Schüler bis zum Senior – üben wir an konkreten Beispielen ohne Druck und mit viel Spaß.
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32550D
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Montag, ab 13.04.15
16.00-17.30 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Englisch nach vielen Jahren
Sie haben vor langer Zeit Englisch gelernt und fühlen sich in Alltagssituationen oftmals unsicher? Wir reaktivieren Ihr Können, alltägliche Situationen zu verstehen, sich zu verständigen oder einfache Texte zu schreiben.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 7/8
Veranstaltung 151-32610
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
17 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 8b
Veranstaltung 151-32615
Anthony Eades
Eving
Städt. Begegnungszentrum Eving
Deutsche Str. 27
17 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 8
Veranstaltung 151-32618D
Barbara Spree
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Welcome to English
Unkompliziert, motivierend und flexibel
Mit unterschiedlichen Lehrmaterialien lernen Sie Englisch im angemessenen Tempo und mit viel Spaß. Vielseitige und alltagssprachlich konzipierte Themenschwerpunkte erleichtern es Ihnen, sich zu Hause oder im Ausland verständlich zu machen. Sie erweitern Ihren Wortschatz, behandeln wichtige Sprachstrukturen und können neue Redewendungen schnell anwenden. Break the ice!

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32619D
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
11.05-12.35 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32620D
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

When Saturday comes
Englisch am Samstag
In diesem Seminar können Teilnehmende, die bereits die Mittelstufe erreicht haben, innerhalb von fünf Samstagen ihre Kenntnisse erweitern. Unterhaltsame Themen machen neugierig, vielfältige Übungen sorgen für erfrischende Abwechslung.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32632D
Olga Kovrajska-Kljutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
5 x Samstag, ab 21.02.15
10.00-13.15 Uhr, 20 UStd.
80,00 Euro

Niveaustufe A2.3

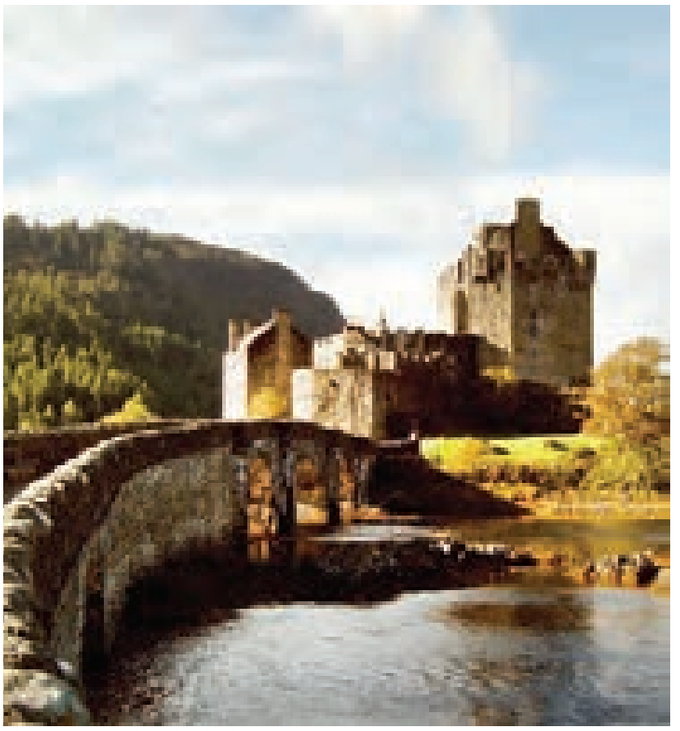
Grammar Compact
Level 1
The present and past tenses – and their perfects – will be revised in their active form, along with sentence structure, word types and progressive forms. If time allows, we will also examine the future tense.
Level 2 of this course can be found under "B2".

Material will be provided.
Veranstaltung 151-32700D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 07.02.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-12.15 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

English Express
Learning English without delay
Sie haben bereits Sprachkenntnisse in Englisch und möchten diese kurzfristig auffrischen? Sie haben den Beginn Ihres Englischkurses verpasst oder können nicht jede Woche zur selben Zeit einen Kurs besuchen?
Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack. Dieses Seminar mit hohem Lerntempo ermöglicht es Ihnen, in die Sprache reinzuschnuppern und Sie für einen unserer regelmäßigen Kurse zu begeistern Es bietet aber auch die Möglichkeit, unabhängig von festen Kursen Englischkenntnisse aufzufrischen.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32701D
Sylvia Kirchhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Sonntag, 22.03.15
9.30-12.45 Uhr, 4 UStd.
16,00 Euro

Sommer-VHS
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32703D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 04.07.15
9.00-14.00 Uhr, 6 UStd.
24,00 Euro



Eileen Donan Castle, Schottland

Fairway – A Big Plus

Sie haben vor längerer Zeit schon einmal Englisch gelernt? Sie möchten beim alltäglichen Sprachgebrauch sicherer werden? Dann sind Sie hier richtig, denn vielfältige Übungsformen reaktivieren früher erworbene Kenntnisse und bauen diese aus. Selbstverständlich wenden Sie alle Fertigkeiten im Gespräch an.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 11
Veranstaltung 151-32708D
Kathrin Packeiser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 10
Veranstaltung 151-32710D
Kathrin Packeiser
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Fairway – A Big Plus

Sie haben vor längerer Zeit schon einmal Englisch gelernt? Sie möchten beim alltäglichen Sprachgebrauch sicherer werden? Dann sind Sie hier richtig, denn vielfältige Übungsformen reaktivieren früher erworbene Kenntnisse und bauen diese aus. Selbstverständlich wenden Sie alle Fertigkeiten im Gespräch an.

Kleingruppe/Lehrbuch: Fairway 2 ab Lektion 12
Veranstaltung 151-32712
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Great!

Locker und leichter lernen

Der Titel "Great! A2" ist Programm: Das Lehrwerk für Erwachsene (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501482-4) ermöglicht großartige Lernfortschritte in der englischen Sprache!
Effektives Lernen wird durch Hörspiele, Quizaufgaben und viele fantasievolle Übungen leicht gemacht: Die humorvollen und lebensnahen Inhalte, speziell die innovativen "Survival English-Seiten", bereiten optimal auf Begegnungen im Alltag vor.

Lehrbuch: Great! A2, ab Lektion 7
Veranstaltung 151-32718D
Barbara Nölling
Huckarde
Begegnungszentrum Deusen
Deusener Str. 215
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Great! A2, ab Lektion 7
Veranstaltung 151-32720D
Barbara Nölling
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Str. 10
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.45-21.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Refresher Course

Update your English!

Dieser Kurs ist für alle bestimmt, die noch nicht ganz fit für die Abschlussstufe sind und das Gelernte wiederholen möchten. Spannende Themen, vielseitige Textarten und interaktive Übungen stehen im Mittelpunkt.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32725D
Olga Kovrajska-Kljutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Englisch gemeinsam auffrischen

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die schon einmal Englisch in der Schule gelernt haben und die ihre Kenntnisse wieder auffrischen, festigen und ausbauen möchten.
Wir benutzen ferner Materialien, die auf einen Urlaub im englischsprachigen Ausland vorbereiten.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32750D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 19.01.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32752D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 20.04.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Konversationskurse

Easy Every Day Conversations (A2.3)

In a Relaxed and Lively Atmosphere

Do you understand quite a lot of English, but need more confidence in speaking? Are you learning English for work, travel or just for fun? These groups are for people of all ages and from all walks of life. Through a mixture of topics and activities, no stress and lots of fun, you'll soon be talking English!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-32802D
Karl Harshbarger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-32804D
Christine Fürschke
Hombruch
AWO Begegnungszentrum Hombruch
Tetschener Str. 2-4
17 x Montag, ab 26.01.15
9.30-11.00 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-32806D
Christine Fürschke
Hombruch
AWO Begegnungszentrum Hombruch
Tetschener Str. 2-4
17 x Montag, ab 26.01.15
11.15-12.45 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-32808
Felicity Hooper
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-32814
Christine Fürschke
Brackel
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-32820D
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Englisch einmal anders

Intensiv-Wochenende nach der PDL-Methode (A2.3)

PDL (Psychodramaturgie Linguistique) ist eine relativ unbekannte, speziell für den Sprachunterricht mit Erwachsenen entwickelte Technik.
In entspannter und kreativer Lernatmosphäre sowie mit spielerischen Übungen und Aktivitäten frischen Sie Ihr Englisch auf, üben das Sprechen in kleinen Gruppen und vielfältigen Situationen. Sprechhemmungen werden abgebaut, und die Lust zum Sprechen wird geweckt. Wir benutzen keine Bücher und üben keine klassische Grammatik. Ziel ist es, Ihre Vertrautheit mit der englischen Sprache und Ihre Ausdrucksfertigkeiten zu fördern. Das Veranstaltungsmotto lautet "learning by talking", und Sie sprechen mehr Englisch als normalerweise an einem Tag Deutsch.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32850D
Kenneth Gill
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 21.03.15, 10.00-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 10.00-15.00 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-32852D
Kenneth Gill
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 13.06.15, 10.00-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 10.00-15.00 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Intensivwoche nach der PDL-Methode (A2.3)

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.

Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 15.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-32854D
Kenneth Gill
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Mo-Fr, 29.06.-03.07.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Lectures (A1.1-A2.3)

Churches, Cathedrals and Abbeys

Christianity has played a major part in Britain´s history since the 3rd century. The presentation takes a look at churches, cathedrals and abbeys of England. Photos and video clips will tell us about the history and architecture of some famous and some not so well-known places of worship in several parts of the country. We shall learn about some Norman churches which are still standing today and we shall take a look at ruins left by the dissolution of the monasteries during Henry VIII reign.

Vortrag
Veranstaltung 151-32860
Rainer Hillebrand
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Dienstag, 24.02.15, 17.45-19.15 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Cornwall

Beaches, old buildings and beautiful landscape

The presentation is going to tell you about Cornwall´s beautiful landscape, its beaches, country gardens and historic and prehistoric sites. Photos will take you on a guided tour through this spectacular area of England. You are welcome to ask questions and learn about which places you shouldn´t miss when deciding to visit Cornwall.

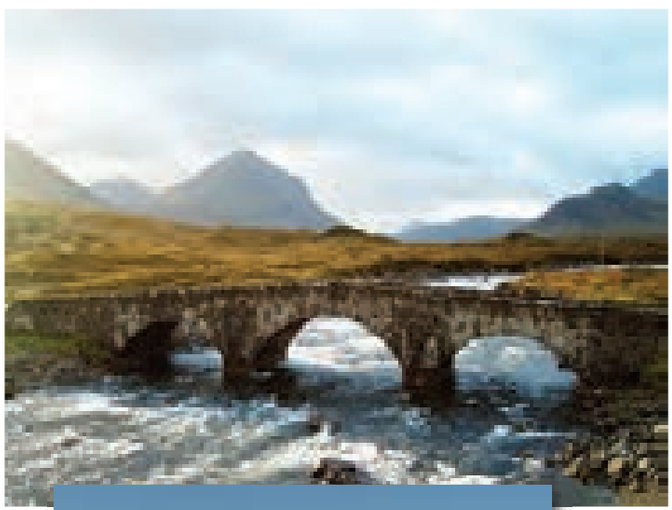
Vortrag
Veranstaltung 151-32862
Sylvia Kirchhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 07.03.15
9.00-12.15 Uhr, 4 UStd.
14,00 Euro

The city of London

Eine Metropole entdecken

Let's read and talk about London! Find out more about this sensational city starting from its glorious history to its fascinating present, from Roman Londinium to Piccadilly Circus, Soho and Westminster today.
Together we discover the magic that is London, all the while improving our language skills.
London – für alle, die schon immer einmal dorthin wollten, ebenso wie für alle, die schon da waren und in Erinnerungen schwelgen möchten!
(London - Buch mit Audio-CD, von Gina D. B. Clemen, Langenscheidt ELT, ISBN: 978-352652701-5)

Lektüre: London
Veranstaltung 151-32868D
Barbara Nölling
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 25.04.15
9.00-12.15 Uhr, 4 UStd.
16,00 Euro



Selbstständige Sprachverwendung (B1)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Die Niveaustufen B1.1 - B1.3

Die Teilnehmenden erschließen sich Regeln der Grammatik und erweitern ihren Wortschatz auf etwa 3.000 Wörter. Neben die mündliche Kommunikation tritt das Schreiben einfacher Texte (Lehrmittel u. a. "Fairway 3").

Niveaustufe B1.1

Refresher Course

Intensivwoche

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
Unterschiedliche Lehrbücher und Materialien spiegeln die unterschiedlichsten Interessen der Teilnehmenden wider. Der Lehrgangsschwerpunkt liegt auf der zu verbessernden mündlichen Sprechfertigkeit. Vielfältige Übungen aus dem Alltag (u. a. Telefonieren) sowie Rollenspiele tragen zu einem runden Kursprogramm bei.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 05.12.14

Bildungsurlaub/Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33100D
Olga Kovrajska-Kljutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 19.01.-23.01.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 08.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33101D
Olga Kovrajska-Kljutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Back in Practice

Wir trainieren Hörverstehen und Sprechen anhand von Alltagssituationen und möchten Lernenden mehr Selbstbewusstsein im englischsprachigen Umfeld geben - ob sie nun zu Hause, bei der Arbeit, auf Reisen, im Studium oder im sozialen Umfeld mit englischsprachigen Freunden zusammen sind.
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.

Sommer-VHS/ Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33108D
Kathrin Packeiser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
6 Dienstag + Donnerstag, ab 30.06.15
19.30-21.00 Uhr, 12 UStd.
48,00 Euro

What next?

Zur Vielfalt der englischen Sprache

Viele Vokabeln sind vergessen, Sie sind in Alltagssituationen unsicher - wir bringen Vergessenes wieder ans Licht, um alltägliche Situationen zu verstehen, sich zu verständigen oder einfache Texte zu schreiben.
Den Rahmen dieser Veranstaltungen bilden u. a. Dialoge, Wortschatz- und Grammatikübungen sowie anregende Diskussionen zu Beispielen aus der englischen Alltagssprache.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33110D
Kathrin Packeiser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 3
Veranstaltung 151-33111D
Gabriele Anskeit
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
17 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 3/4 + Lektüre
Veranstaltung 151-33112
Klaus-Jürgen Weiß
Brackel
Immanuel–Kant–Gymnasium
Grüningsweg 42
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Lehrbuch: Fairway B1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33114D
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Great – ungewöhnlich, motivierend, unterhaltend

Das Lehrwerk "Great! B1" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501484-8) bereitet die Teilnehmenden optimal auf die Begegnungen mit der englischen Sprache vor. Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben finden immer kontextbezogen statt, und viele Beispiele ermuntern zum aktiven Sprachgebrauch.

Lehrbuch: Great! B1, ab Lektion 3/4
Veranstaltung 151-33120D
Renate Populoh
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
15.00-16.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Intensivberatung

Welcher Kurs passt zu Ihnen? Wir helfen Ihnen weiter. Lassen Sie sich von uns kostenlos beraten!

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufe B1.2

Mit Fairway zur Konversation

Freie Konversation ist uns eine willkommene Ergänzung zum Lehrbuch "Fairway 3". Der Unterricht wird vorwiegend in englischer Sprache abgehalten.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 6
Veranstaltung 151-33220D
Gisela Kleinschmidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Refreshing and Practising

If you feel you have a good basic knowledge of the English language but you want to brush it up, this might be the right course for you. We talk about a variety of topics, expand our vocabulary and revise some grammar.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 9 + Lektüre
Veranstaltung 151-33224D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Niveaustufe B1.3

English Express

Learning English without delay
Sie haben bereits Sprachkenntnisse in Englisch und möchten diese kurzfristig auffrischen? Sie haben den Beginn Ihres Englischkurses verpasst oder können nicht jede Woche zur selben Zeit einen Kurs besuchen?
Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack. Dieses Seminar mit hohem Lerntempo ermöglicht es Ihnen, in die Sprache reinzuschnuppern und Sie für einen unserer regelmäßigen Kurse zu begeistern. Es bietet aber auch die Möglichkeit, unabhängig von festen Kursen Englischkenntnisse aufzufrischen.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33300D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 25.04.15, 9.00-14.00 Uhr
6 UStd., 24,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33301D
Sylvia Kirchhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Sonntag, 14.06.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

VHS-Gutschein:

Sie suchen nach einer Geschenkidee?
Dann erwerben Sie bei uns einen VHS-Gutschein.

The Best on Saturday

The course approach satisfies the needs of today's students. We place our emphasis on effective communication in English. This is the ideal course for students who want to communicate in a global environment (Literature: in company. Intermediate. Student's Book, Second Edition, Macmillan Publishers, ISBN: 978-3-19-062981-7).

Lehrbuch: in company ab Lektion 15
Veranstaltung 151-33302D
Dorothee Hielkema
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
5 x Samstag, ab 31.01.15
10.00-16.00 Uhr, 30 UStd.
120,00 Euro

Lehrbuch: in company, ab Lektion 17
Veranstaltung 151-33304D
Dorothee Hielkema
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
4 x Samstag, ab 18.04.15
10.00-16.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Fairway to Conversation

Konversation macht neben der Lehrbuchverwendung einen zunehmenden Anteil in unserem Kurs aus. Der Unterricht wird vorwiegend in englischer Sprache abgehalten.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 11
Veranstaltung 151-33305D
Olga Kovrajska-Kljutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 10
Veranstaltung 151-33306D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 14
Veranstaltung 151-33308D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 10
Veranstaltung 151-33310
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-33312D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 12
Veranstaltung 151-33314D
Angelika Eickelmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Englisch – aber ohne Stress

Ein lockerer Kurs für all diejenigen, die sich mit Englisch befassen möchten - aber ohne Stress. Wir üben Verstehen, Schreiben und Sprechen, Grammatik und Redewendungen. Die Teilnehmenden sollten die Stufe B1 erreicht haben.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 11A
Veranstaltung 151-33318
Dr. Roger C. Spencer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Englisch ohne Grenzen

Wir gehen weiter
Effektive internationale Kommunikation steht im Fokus von English Unlimited B1+. Intermediate (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-539915-0). Als Basis dient die Sprachdatenbank des Cambridge International Corpus: authentisches Englisch garantiert! Die Aufgabenbereiche Grammar, Vocabulary, Writing und Speaking wechseln sich ab, wobei interessante Themen immer wieder zur Diskussion anregen. Let's talk! Zusätzlich werden andere Texte wie z.B. ein spannender Krimi gelesen.

Lehrbuch: English Unlimited B1+. Intermediate, ab Lektion 5 + Lektüre
Veranstaltung 151-33340D
Barbara Nölling
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum
Lütgendortmund, Werner Str. 10
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Improve your Reading and Speaking Skills

We will read short stories, biographies of famous people and interesting articles of all sorts of topics.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-33352D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Dienstag, ab 20.01.15
10.30-12.00 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-33354D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Dienstag, ab 21.04.15
10.30-12.00 Uhr, 18 UStd., 72,00 Euro

Increase your Vocabulary, improve your Speaking Skills

Refresher Course
Sie haben Freude an der englischen Sprache und interessieren sich für englischsprachige Länder und Kulturen? Mit dem Lehrbuch "Fairway 3" können Sie Ihre "verschütteten" Kenntnisse auffrischen und durch zahlreiche Übungen Ihre Sprechfähigkeit verbessern und Ihren Wortschatz erweitern. Interessante Lektüren (crime stories, short stories) und Diskussionen ergänzen den Unterricht. Welcome!

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 12 + Lektüre
Veranstaltung 151-33356D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.30-19.00 Uhr, 18 UStd., 72,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 13 + Lektüre
Veranstaltung 151-33358D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 22.04.15
17.30-19.00 Uhr, 18 UStd., 72,00 Euro

Refreshing and Practising

If you feel you have a good basic knowledge of the English language but you want to brush it up, this might be the right course for you. We talk about a variety of topics, expand our vocabulary and revise some grammar.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 10 + Lektüre
Veranstaltung 151-33360D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 22.04.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd., 72,00 Euro

Flatrate-Ticket Englisch
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Englisch

Weitere Informationen auf Seite 9

Konversationskurse

In die neue Woche mit Konversation

Wir haben Übung, die elementare Sprachverwendung (A1/A2) abgeschlossen, sind aber noch keine Expertinnen bzw. Experten "in Sachen englischer Sprache". Unser Schwerpunkt liegt auf der Konversation - dem Sprechen - aber Schriftliches, Wortschatzerweiterung und die Grammatik vernachlässigen wir nicht. Neben den Übungen aus "Fairway 3" lesen wir weitere Texte, z. B. aus "Spotlight".

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 7A + Spotlight-Magazin
Veranstaltung 151-33404
Dr. Roger C. Spencer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Every Day Conversations

More Confidence in Speaking

You understand a lot of English, but want to improve your speaking skills and become more confident when speaking.
In these heterogeneous groups you can expand your vocabulary and use of colloquial expressions and improve your pronunciation. Through a mixture of topics and activities, no stress and lots of fun, your spoken English will just keep getting better.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-33408D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
136,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33410
Felicity Hooper
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-33412
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-33414
Gabriele Kelm
Mengede
Städt. Begegnungszentrum Mengede
Bürenstr. 1
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.00-11.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33416
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-33420D
Gisela Kleinschmidt
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Let's talk about it

Easy Every Day Conversation

Are you prepared for everyday life in an English-speaking world? This course will help you to feel more confident while travelling, working or just chatting with English-speaking friends. Our activities cover a range of everyday situations, we play games and listen to authentic materials.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33440D
Kathrin Packeiser
Brackel
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.30-12.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Current Affairs, Discussion and Grammar Revision

Wir diskutieren vorwiegend Themengebiete aus der aktuellen Tagespresse. Der Schwerpunkt liegt auf der mündlichen Kommunikation, grammatische Themenfelder werden jedoch gestreift. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Veranstaltung 151-33442
Friedhelm Schulz
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Key B1

Ein abwechslungsreiches Spektrum für Sie

Das Lehrwerk "Key B1" (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-020100-6) macht es Ihnen leicht, sich in Englisch zu Hause zu fühlen - sei es privat oder beruflich. Unterschiedliche Schwerpunkte sowie interessante Themenfelder mit Alltagsbezug bieten Ihnen viele Sprachanlässe und Übungsmöglichkeiten. Ihr Schlüssel zum Erfolg!

Lehrbuch: Key B1, ab Lektion 3 + Lektüre
Veranstaltung 151-33460D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 19.01.15
17.30-19.00 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Lehrbuch: Key B1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33462D
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
136,00 Euro

Lehrbuch: Key B1, ab Lektion 4 + Lektüre
Veranstaltung 151-33464D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 20.04.15
17.30-19.00 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

All you can speak (B1.3)

Intensive Conversation

Can you talk about topics which are familiar or of personal interest, but would like to become more fluent or just enjoy your English? This short course is aimed at improving confidence in speaking and easy conversation. It covers interviews, describing pictures, exchanging ideas and communication games. You will use your English in a number of different areas including meeting people, books, travelling and music.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33466D
Gabriele Anskeit
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Freitag, 29.05.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 30.05.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Englisch einmal anders

About a Boy (B1.3)

Ein amüsanter Unterhaltungsroman

Dieser Roman (About a Boy, Klett-Verlag, ISBN: 978-3125738300), gewürzt mit trockenem Humor, bietet Möglichkeiten für Diskussionen mit aktuellem Alltagsbezug. Zahlreiche Dialoge (z. B. zum Verantwortungsbewusstsein) fördern die Hör- und Lesekompetenz der Teilnehmenden.

Lektüre: About a Boy
Veranstaltung 151-33468D
Gisela Kleinschmidt
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
8 x Montag, ab 13.04.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

English Grammar, Short and Crime Stories

Enjoy reading English crime and short stories and practise the English grammar. Apart from that we will work with reports on current affairs etc.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33470
Regina Heinichen
Huckarde
Gustav-Heinemann-Gesamtschule
Parsevalstr. 170
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Knitting while brushing up your English (B1)

Stricken nach englischen Strickanleitungen

Sie sind strickbegeistert und möchten neue Strickmuster ausprobieren? Dann kommen Sie zu uns! Anhand von englischen Strickmustern fertigen Sie Probestücke an. Während Sie englische Strickanleitungen lesen und nachstricken, erweitern Sie zugleich ihre Englischkenntnisse.
Bitte mitbringen: Wolle nach Wahl, passende Stricknadeln, Zopfnadel, Schere, Papier und Stifte.

Veranstaltung 151-33480D
Susanne Alexandra Rothenburg
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.02.15, 9.00-14.45 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-14.45 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Niveaustufen A1.1 - A1.3

Niveaustufe A1.1

Easy English
Ein leichter Einstieg in die englische Sprache
In diesem Seminar erleben Teilnehmende ohne Vorkenntnisse langsam und in kleinen Schritten, aber mit viel Spaß eine erste Begegnung mit der englischen Sprache.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33802D
Beate Oxe
Scharnhorst
Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst
Gleiwitzstr. 277
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Welcome – Willkommen by Easy English
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Sie hatten bisher wenig Zeit für Englisch? Mit dem neuen Lehrwerk "Easy English A 1.2" (Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-06-520807-9) lernen Sie die englische Sprache von Grund auf. In kleinen, wohldosierten Schritten üben Sie, sich in lebensnahen Texten und Dialogen zurechtzufinden und erfahren gleichzeitig Interessantes über Land und Leute.

Lehrbuch: Easy English A 1.2
ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33810D
Gabriele Kelm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Englisch mit Muße
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
In diesem Kurs mit langsamer Progression – aber mit viel Spaß – erleben wir gemeinsam Schritte in der englischen Sprache.

Lehrbuch: Fairway 1, ab Lektion 14
Veranstaltung 151-33820D
Beate Oxe
Scharnhorst
Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst
Gleiwitzstr. 277
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufen A2.1 - A2.3

Niveaustufe A2.1

Durchstarten mit Fairway A2
Wenn Sie den Wunsch haben, in langsamem Lerntempo mehr Englischkenntnisse zu erwerben, dann gelingt Ihnen die Umsetzung Ihrer Ziele in dieser Veranstaltung zweifellos. Freuen Sie sich auf unterschiedlichste Themen mit "Fairway A2" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501497-8)!

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33830D
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Dienstag, ab 14.04.15
9.00-10.30 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Niveaustufe A 2.2

Englisch – Schlüssel zu Land und Leuten
Das "unbekannte Ausland" erschließt sich uns nicht nur unmittelbar auf der Durchreise, sondern auch durch unsere englischen Sprach- und Landeskenntnisse, die wir im Reisegepäck mitnehmen. Im Kurs begegnen uns typische alltägliche Situationen, wenn wir z. B. unterwegs in Großbritannien oder in den USA sind. Darüber hinaus verfeinern wir unsere Sprach- und Sachkenntnisse durch ergänzende Lektüre und diskutieren aktuelle "news" und "views" aus der Presse.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33840D
Jürgen Dornseifer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Englisch für Senioren
Mit Sicherheit!
Noch mehr Sicherheit in der Kommunikation in Alltagssituationen!
Wir üben mit Hilfe von Dialogen, Rollenspielen und dem Erzählen eigener Erlebnisse. Auch die Grammatik kommt nicht zu kurz.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 13
und weiteres Material
Veranstaltung 151-33850
Gisela Rego
Brackel
VHS im Kultur- und Bildungszentrum
Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

In English please!
In entspannter Atmosphäre lesen wir leichte Texte und üben das Sprechen anhand von Rollenspielen. Auf Wunsch verbleibt uns noch genügend Zeit für "Small Talk".

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 12
Veranstaltung 151-33851
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Fairway – für zu Hause und unterwegs
Ein Kurs für (ältere) Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die gemeinsam mit Muße die englische Sprache erlernen möchten.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 12
Veranstaltung 151-33852D
Bettina Kliebisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Auffrischungskurs – Wiedereinstieg
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, d. h. Sie haben z. B. vor vielen Jahren einmal Englisch gelernt und möchten nun Ihre Kenntnisse auffrischen und vertiefen. Neben dem Lehrbuch "Fairway 2" lesen wir weitere Texte und leichte Lektüren.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 11
+ Lektüre
Veranstaltung 151-33854
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 21.01.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd.
54,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 12
+ Lektüre
Veranstaltung 151-33855
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 22.04.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd.
54,00 Euro

Englisch mit "News und Views" aus aller Welt
Aktuelle "News and Views" aus aller Welt bringen frischen Wind in diesen Kurs. Informative Materialien regen zum Lesen und Diskutieren an. Überzeugen Sie sich selbst davon!

Spotlight-Magazin + weitere Texte
+ Lernspiele
Veranstaltung 151-33856D
Anne Matschuck
Eving
Städt. Begegnungszentrum Eving
Deutsche Str. 27
18 x Freitag, ab 30.01.15
10.15-11.45 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Downing Street, London

Niveaustufen B1.1 - B1.3

Niveaustufe B1.1

Englisch für Seniorinnen und Senioren

Nützliches für den Alltag

In freundlich-entspannter Atmosphäre üben wir, was überall dort nützlich sein wird, wo die Weltsprache Englisch gesprochen wird. Wir arbeiten mit einem Lehrbuch, das auch landeskundlich Interessantes über die englischsprachige Welt bietet. Sie werden zukünftig in erfreulichen und unliebsamen Situationen das Richtige sagen.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33864
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Fairway 3

Conquer the English World

This course welcomes all those who would like to improve their qualifications in the use of the English language by carrying on with Fairway 3. You will cover subjects like: companies with tradition, holiday problems, food, the world of film and music or news.
So don't hesitate, come on and conquer this world, too!

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 2
Veranstaltung 151-33866D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Zeit für Englisch

Englisch lernen erleichtert die Kontaktaufnahme zu Ihren Mitmenschen in der englischsprachigen Welt, wo immer Sie sind: am Flughafen, im Hotel, beim Bestellen des Essens, beim Shopping oder Arzt.
Besonders für solche Situationen üben wir die gängigen Grundformen der schnellen Verständigung. Text-, Bild-, Ton- und Testmaterial laden auch "newcomers" zum Mitmachen ein.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 5/6
Veranstaltung 151-33870
Jürgen Dornseifer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Konversationskurs

Thursday Morning Conversation Group with Spotlight

We are a conversation group consisting of mature (not so young) people who like to talk about anything and everything. We look at some points of grammar, practise idioms, widen our vocabulary - and we also read selected articles in Spotlight magazine.

Lektüre: Spotlight-Magazin
Veranstaltung 151-33880
Dr. Roger C. Spencer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren im WHH

In Zusammenarbeit mit dem Wilhelm-Hansmann-Haus (WHH) führen wir englische Sprachkurse im Städtischen Begegnungszentrum, Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, durch.
Hinweis:
Es gelten die Teilnahmebedingungen der Volkshochschule Dortmund.
Beratungstermine:
Vor dem Kursbesuch empfehlen wir Ihnen eine ausführliche Beratung.
Die Sprachberatungstermine in der Volkshochschule Dortmund, Hansastr. 2-4, entnehmen Sie bitte den gesonderten Hinweisen.

Niveaustufen A1.1 - A1.3

Niveaustufe A1.1

Easy English for Seniors

Sprachliche Sicherheit garantiert

Wenn Sie den Wunsch haben, mit dem neuen Lehrwerk "Easy English A 1.1" (Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-06-520805-5) Englisch zu lernen, ist jetzt die Gelegenheit. In langsamem Tempo erarbeiten Sie sich mit Gleichgesinnten kleinere Texte und Dialoge. Zugleich lernen Sie etwas mehr von Land und Leuten kennen.

Lehrbuch: Easy English A 1.1
ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33900D
Gisela Kleinschmidt
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Str. 21
18 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Lehrbuch: Easy English A 1.1
ab Lektion 3
Veranstaltung 151-33903D
Kim Lock-Urayama
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Str. 21
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: Easy English A 1.1
ab Lektion 5
Veranstaltung 151-33905D
Kim Lock-Urayama
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Str. 21
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe A1.3

English for Seniors

Sprachlich aktiv im Alter

Mit dem Lehrwerk "Fairway A1" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501496-1) erleben Sie schon in kurzer Zeit nachvollziehbare Lernerfolge durch wirklichkeitsnahe Themen und ihre abwechslungsreiche Umsetzung, z. B. in touristischen Situationen.
Diese Veranstaltung geht besonders auf die Lernbedürfnisse der Generation 60+ ein (Lerntempo, Unterrichtsmethodik und Themenauswahl).
Grundkenntnisse der Sprache sollten bereits vorhanden sein.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 10
Veranstaltung 151-33920D
Rainer Hillebrand
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Str. 21
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.00-11.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufen A2.1 - A 2.3

Niveaustufe A2.1

Willkommen bei Fairway
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Dieser Kurs mit "Fairway A2" garantiert Ihnen ein sicheres Lernen und bringt Sie mit Gleichgesinnten an Ihr Ziel. Um optimal zu arbeiten, bieten Ihnen beide Lehrwerke zahlreiche Gelegenheiten, im Kurs in Partner- und Gruppenarbeit zu sprechen. Mit den dazugehörigen CDs trainieren Sie Ihre Aussprache und festigen das bereits Erlernte.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 3
Veranstaltung 151-33932D
Angelika Eickelmann
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
13.00-14.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Englisch lernen mit Fairway
Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die ihre englischen Sprachkenntnisse gemeinsam mit Gleichgesinnten in angenehmer Atmosphäre erweitern und vertiefen möchten. Come and join us!

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 13 + Lektüre
Veranstaltung 151-33950D
Kim Lock-Urayama
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Montag, ab 26.01.15
10.45-11.45 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Fairway Refresher A2
Sprachliche Erfolge erleben
Gemeinsames Ziel unseres Englischkurses ist es, früher erworbene Kenntnisse aufzufrischen und zu vertiefen. Wie könnte uns dies besser gelingen als mit dem Lehrwerk "Fairway Refresher A2" (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501470-1)? Zusätzlich arbeiten wir mit unserer Übungsgrammatik.
Verbuchen Sie für sich Erfolgserlebnisse beim Auffrischen in kommunikativen Situationen, und gewinnen Sie mehr Sicherheit beim Sprachgebrauch!

Lehrbuch: Fairway Refresher A2 ab Lektion 3
Veranstaltung 151-33952D
Gabriele Herbst
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.50-10.50 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Lehrbuch: Fairway Refresher A2 ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33955D
Gabriele Kelm
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
15 x Donnerstag, ab 29.01.15
15.30-16.30 Uhr, 20 UStd.
80,00 Euro

Niveaustufen B1.1 - B 1.3

Niveaustufe B1.1

Englisch für Touristen
Excuse me, can you...?
Wie reaktiviere ich meine Englischkenntnisse für die nächste Reise? Mit kurzen Texten aller Art versuchen wir, uns im Englischen mitzuteilen.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33966D
Gabriele Herbst
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
12.15-13.15 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Ein optimaler Lernerfolg
Kurzgeschichten, Märchen, Liedtexte
Die Teilnehmenden arbeiten gemeinsam mit unterschiedlichen Lehrmaterialien (z. B. mit Kurzgeschichten, Märchen und Liedtexten), analysieren diese Beiträge und beschäftigen sich mit Fragen der Grammatik. Eine breite Palette von Themen und das neu gelernte Vokabular regen zu Diskussionen an.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-33977D
Kim Lock-Urayama
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Montag, ab 26.01.15
9.30-10.30 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren im WHH

In Zusammenarbeit mit dem Wilhelm-Hansmann-Haus (WHH) führen wir englische Sprachkurse im Städtischen Begegnungszentrum, Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, durch.
Hinweis:
Es gelten die Teilnahmebedingungen der Volkshochschule Dortmund.
Beratungstermine:
Vor dem Kursbesuch empfehlen wir Ihnen eine ausführliche Beratung.
Die Sprachberatungstermine in der Volkshochschule Dortmund, Hansastr. 2-4, entnehmen Sie bitte den gesonderten Hinweisen.

More English with Fun for Seniors
Dieser Kurs eignet sich für Interessierte, die über grundlegende Englischkenntnisse verfügen und diese erweitern möchten. Es gibt viele Gründe: Sie begeistern sich für die Vielfalt englischsprachiger Länder, Sie reisen gern oder erfreuen sich an gemeinsamen Fortschritten in der neuen Sprache mit Gleichgesinnten. Gelernt wird in entspannter Atmosphäre auf Grundlage der Lehrbücher. Im Kurs verlieren Sie schnell die Scheu vor dem Englisch-Sprechen!

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 11
Veranstaltung 151-33978D
Olga Kovrajska-Kljutschko
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
12.45-13.45 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Konversationskurse

Read on (B1)
Mit zahlreichen Textbeiträgen üben wir die freie Konversation und erweitern bzw. wiederholen bereits erworbene sprachliche Strukturen.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33981
Gabriele Herbst
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Freitag, ab 30.01.15
10.00-11.00 Uhr, 24 UStd.
72,00 Euro

Conversation and Discussions (B1.3)
We enjoy reading and discussing newspaper and magazine articles about anything and everything.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33982D
Gabriele Herbst
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Freitag, ab 30.01.15
11.15-12.15 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

- Der Tower von London von der Themse aus gesehen

Selbstständige Sprachverwendung (B2)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ beschrieben.

Die Niveaustufen (B2.1 - B2.3)

Die Teilnehmenden erwerben z. B. die Fähigkeit, sich relativ mühelos an einer Diskussion zu beteiligen und eigene Ansichten zu vertreten. Komplexere Aufgaben schulen den Umgang mit Lesetexten und regen zur kreativen Anwendung der englischen Sprache an.

Niveaustufe B2.1

Refresher Course Upper Intermediate

Intensivwoche

Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
This course offers a wide variety of opportunities to improve communication, grammar and pronunciation skills. It will include correspondence (telephoning and letters), discussions on topics of general and current interest, role-play exercises and a language game.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 08.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Material will be provided.
Veranstaltung 151-34000D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Grammar Compact

Level 2

After a brief review of the present, past, present perfect and past perfect tenses (simple and progressive), we will examine the future I and II, as well as elements such as the passive voice, reported speech and conditional sentences.
Level 3 of this course can be found under "Further Steps/Grammar".

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34020D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 14.03.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 9.00-12.15 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Niveaustufe B2.2

English knowledge on a higher level

This is your chance to improve your English knowledge by reading, discussing and learning about interesting topics delivered by the book "English Unlimited B2. Upper Intermediate" including the refreshing of your grammar (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-539909-9).

Lehrbuch: English Unlimited B2
ab Lektion 9
Veranstaltung 151-34030D
Barbara Spree
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lectures (from B2.2)

Britain and the EU in a historical context

The United Kingdom's relationship with the EU has long been one of the most divisive, emotive issues in British politics. But why does Europe produce such a polarised reaction? Many Britons, on both sides of the debate, love visiting European countries and idolise elements of their culture - not least the food. Indeed, more than 1.5 million Britons have moved there to live. But Europeans viewing British newspaper coverage, political debates or opinion polls would be forgiven for thinking Britain has little but contempt for its neighbours. The first webinar looks into this long and often rocky relationship.

Webinar
Veranstaltung 151-34040D
Prof. Simon Bulmer
University of Sheffield
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Dienstag, 12.05.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Current British politics

The UK's membership of the European Union (EU) has always been controversial. Today, many UK parties are wary of further EU integration, and some even support withdrawal from the EU. The UK Independence Party (UKIP) for example advocates complete withdrawal from the EU on the grounds of the excessive cost of the EU; a lack of democracy; and immigration problems. UKIP wants to replace the EU with a free-trade agreement without political union. On the other hand, the Liberal Democratic Party has traditionally been the most 'Pro-EU' UK party, arguing that 'the UK's place is at the heart of Europe'.

Webinar
Veranstaltung 151-34042D
Prof. Graham Timmins
University of Birmingham
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Dienstag, 19.05.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Sprachberatung

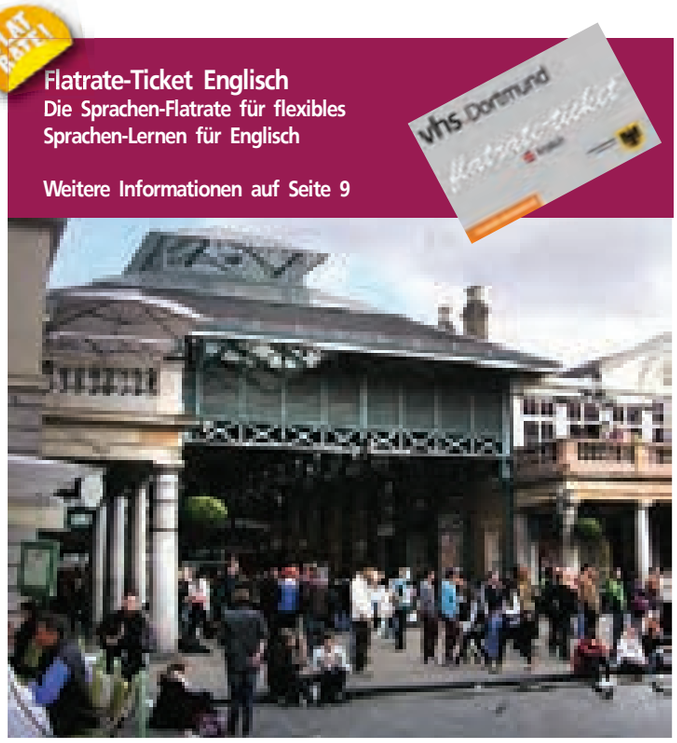
Welcher Kurs passt zu Ihnen?
Wir helfen Ihnen weiter.
Lassen Sie sich von uns kostenlos beraten!

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

FLAT RATE!

Flatrate-Ticket Englisch
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Englisch

Weitere Informationen auf Seite 9



Public opinion and Referendum

Since 2010, polls have indicated that the UK public is divided on the question, with opposition peaking in November 2012 at 56% compared to 30% who wanted to remain and support peaking in 2013. The largest ever poll (20,000) showed the public to be split on the issue, with 41% in favour of withdrawal, 41% in favour of membership, and 18% undecided. However, when asked how would people vote if Britain manages to renegotiate its terms with EU and government would say that British interest are better protected; wide majority of over 50% would vote to stay.

Webinar
Veranstaltung 151-34044D
Dr. Tim Haughton
University of Birmingham
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Dienstag, 16.06.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Niveaustufe B2.3

English Express

Learning English without delay

Sie haben bereits Sprachkenntnisse in Englisch und möchten diese kurzfristig auffrischen? Sie haben den Beginn Ihres Englischkurses verpasst oder können nicht jede Woche zur selben Zeit einen Kurs besuchen?
Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack. Dieses Seminar mit hohem Lerntempo ermöglicht es Ihnen, in die Sprache reinzuschnuppern und Sie für einen unserer regelmäßigen Kurse zu begeistern. Es bietet aber auch die Möglichkeit, unabhängig von festen Kursen Englischkenntnisse aufzufrischen.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-34050D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 18.04.15, 9.00-14.00 Uhr
6 UStd., 24,00 Euro

Intermediate Conversation Courses (B2.1 - B2.3)

Improve your Speaking Skills

Englisch ohne Grenzen

This "English without borders" course is designed to improve your fluency in the language as well as to involve you in a variety of situations and explorations. We will carry out a range of activities both conventional and unconventional i. e. reading texts from English print publications, sharing articles from the Internet, conducting surveys, carrying out experiments, analysing data and doing partner work.
It's been said that "Variety is the spice of life"! Each individual will be expected to attend class with an open mind and readiness to talk! This is a hands on training for interactive dialogue, so Grammar problems per se will not be the main focus in this learning environment.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34102
Meredith Taylor
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Conversation

Expand your Vocabulary

If you have no problem reading this text, this will be the right course for you. This course concentrates mainly on discussion training and on developing students' confidence in speaking. It is aimed at students who want to learn how to express their ideas and opinions so they can practise their general speaking skills.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34103D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Welcome to Conversation!

A new learning experience

Conversation and discussions can help you develop your comprehension skills. You'll do mini-presentations and you'll have time enough to talk about your own experiences. You will also get some insights into cultural aspects of the English-speaking world.

Lehrbuch: Key B2/2, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-34108
Christine Fürschke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
17 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-34110
Christine Fürschke
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
11.30-13.00 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

About all and everything

We enjoy articles about travelling, history, culture etc. Let's talk!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34112
Gabriele Herbst
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum
Lütgendortmund, Werner Str. 10
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.30-12.00 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Choose Tuesday for English Conversation!

If you want to practise and improve your English conversation skills join this course for lively discussion of all sorts of international, national and local news, and other exciting topics, too.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34114
Beryl Tonn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Conversation – Spotlight

In this course the participants decided to read "Spotlight", the English language learners' gazette. The articles and topics in the paper serve as a basis for discussion.

Lektüre: Spotlight-Magazin
+ weitere Texte
Veranstaltung 151-34116D
Sylvia Kirchhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Kompetente Sprachverwendung (C1/C2)

Dieses Sprachniveau (Konversationskurse, Prüfungsabschlüsse) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Advanced Conversation Courses

News of the Week (C1)

This course is intended for students with a fairly good command of English. The latest news from around the world will form our basis for discussion.
We will use a variety of materials to present and discuss topics of general interest – articles, radio broadcasts, videos etc. Please bring along your own contributions, if you like!

Kleingruppe/Material will be provided.
Veranstaltung 151-34120
Neil Feldman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

What's going on in the world? (C2)

In this course you can take part in lively discussions about what is happening in today's world. Newspaper and magazine articles are used as a basis for discussion, as well as interesting contributions from course members.
If you would like to keep your English up to date, widen your vocabulary, improve your fluency and gain more confidence in speaking English, come and join us.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34122
Helen Hoffmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 26.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Time for Ton(n)s of Talking

A great opportunity to improve your English fluency and language skills in a light-hearted atmosphere! Learning by talking about international, national and local news and all sorts of other exciting topics, too!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34123D
Beryl Tonn
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34124D
Beryl Tonn
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Flatrate-Ticket Englisch
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Englisch

Weitere Informationen auf Seite 9

Further Steps

Reading and lively Discussions (C1)

These courses are designed to improve your reading and speaking skills in English. We enjoy discussing all kinds of interesting topics. Short stories and articles from newspapers and magazines provide a basis for lively discussion and language practice. Join us and bring your English up to date!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34302D
Helen Hoffmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34303
Helen Hoffmann
Hombruch
AWO Begegnungszentrum Hombruch
Tetschener Str. 2-4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.15-11.45 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Broaden your Knowledge of the English Language

Enjoy Reading, Listening and Discussing!

We discuss current affairs such as: politics, sports and common interest. Students shall be able to report on famous people, political relations and read and understand unknown texts.

Material: reporting and discussing current affairs.
Veranstaltung 151-34305
Regina Heinichen
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum
Lütgendortmund, Werner Str. 10
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Grammar Compact (C1)

Level 3

This course, after a review of all tenses in the active and passive voices, provides a second look at conditionals and reported speech, and addresses new topics such as relative clauses and inversion.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34400D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.00-12.15 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Sprachberatung

Welcher Kurs passt zu Ihnen?
Wir helfen Ihnen weiter.
Lassen Sie sich von uns kostenlos beraten!

Englisch für den Beruf

Weiterbildungsmanagement:
Kerstin Piel
(0231) 50-2 74 71
kpiel@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Prüfungen:
Sylvia Strauch (r.)
(0231) 50-2 56 26
sstrauch@stadtdo.de

Niveaustufen A1.1 - A1.3

Niveaustufe A1.1

Business English Basics
Englisch für den Job zum Kennenlernen
Diese Veranstaltung bietet Ihnen die Möglichkeit, einen ersten Einblick in berufliches Englisch zu erlangen. Sie erlernen und üben die ersten Schritte für sicheres Telefonieren, zeitgemäßes Schreiben von Geschäftsbriefen und E-Mails sowie erfolgreiches Präsentieren und die Teilnahme an Meetings.
Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon über Englischkenntnisse verfügen, aber unsicher in deren Anwendung im beruflichen Umfeld sind.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35104D
Santha Kumaran
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Freitag, 23.01.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 24.01.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Niveaustufe A1.3

Basis for Business
Büro- und Geschäftsenglisch Modul 1
Ziel dieses Kurses ist es, eine solide Grundlage für Ihr Geschäftsenglisch zu legen. Die Themen, die hierzu bearbeitet werden, sind vielfältig (z. B.: Telefongespräche, E-Mails, Besprechungen mit Geschäftspartnern und Kunden, Vorbereitung von Geschäftsreisen, Small Talk, Wortschatz und Grammatik).
In this course you can practise the day-to-day English you need for standard office activities and situations. All skills (reading, writing, listening and speaking) will be covered.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35171D
Angelika Eickelmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Montag, 19.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35172D
Angelika Eickelmann
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
151,20 Euro

Niveaustufen A2.1 - A2.3

Niveaustufe A2.1

Fit for Business
Mit Yoga den Geschäftsalltag sicher und stressfrei meistern
Wenn Sie Stolpersteine im Business English vermeiden und ausgewählte Yoga-Übungen kennen lernen möchten, sind Sie bei diesem ungewöhnlichen Angebot richtig.
Sie lernen sprachliche Fehlerquellen zu reduzieren, bringen "Schliff" in Ihr Englisch und umschiffen interkulturelle Fettnäpfchen. Schriftliche und mündliche Übungen sowie Infos rund um die berufliche Kommunikation machen diesen Tag zu Ihrem persönlichen Erfolgstag.
Neben dem sprachlichen Block erlernen Sie ausgewählte Yoga-Entspannungsübungen. Der Wechsel von aktiven und ruhigen Phasen beim Yoga führt zu gesteigerter Konzentration, Vitalität, verbesserter Körperwahrnehmung, Ausdauer und Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, Decke, Kissen und dicke Socken.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35270D
Ilka Klapprott
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Niveaustufe A2.2

Saturday Morning Business English Talk
Fit für den Business-Quereinstieg!
Sie möchten für Ihre persönliche Entwicklung mehr Sprachkompetenz in kurzer Zeit erlangen und haben bereits Sprachkenntnisse in Business-Englisch? Sie haben den Beginn Ihres Business-Englischkurses verpasst und möchten nach Kursbeginn quereinsteigen? Sie haben keine Zeit, bis zum nächsten Kursstart zu warten? Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack. Dieses Seminar mit hohem Lerntempo ermöglicht Ihnen auch nach Kursbeginn den Anschluss an einen unserer Kurse.
Sie frischen auf, lernen mit Gleichgesinnten Neues dazu und wenden dies mit viel Spaß beim Sprechen an.

Das Material wird im Kurs bereitgestellt.
Veranstaltung 151-35271D
Cliff Mugenyi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 31.01.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 16,80 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

English for Journalists
Intensivwoche
Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
This 3 day training especially is suitable for working journalists, students of journalism and corporate communication professionals. Writing professionally in a language other than your own really can be challenging. The participants will train each step of the cycle of research, interviewing, copywriting, editing, subediting and the elements of style. The seminar also looks at the pitfalls of using tools such as translating programmes and online dictionaries.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 27.02.15

Bildungsurlaub/Material will be provided.
Veranstaltung 151-35280D
René Lindner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
3 x Montag/Dienstag/Mittwoch
ab 13.04.15, 9.00-15.30 Uhr
18 UStd., 90,00 Euro

Business Communication
Intensivwoche
Die Intensivwochen sind als Bildungsurlaub anerkannt (www.bildungsurlaub.de). Wenn Sie diesen beantragen möchten, sollten Sie die entsprechenden Unterlagen bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber einreichen.
In einer international zusammenwachsenden Welt wird es immer wichtiger, auch im Büroalltag die englische Sprache anzuwenden. In dieser Intensivwoche erarbeiten Sie u. a. folgende Themenkomplexe: Verfassen von E-Mails, Telefonieren, Kundenkontakt, Gesprächsführung und Business Small Talk.
Anmeldeschluss für Bildungsurlaubsberechtigte: 08.05.15

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Material will be provided.
Veranstaltung 151-35281D
Ilka Klapprott
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.00-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Basis for Business
Büro- und Geschäftsenglisch
Modul 2
Sie haben schon erste Erfahrungen im Business English und möchten diese vertiefen und erweitern, dann haben Sie hier die Möglichkeit Ihre Kenntnisse zu erweitern. Vielfältige Übungen wie z.B. E-Mail-Writing, Telefongespräche und Besprechungen simulieren, Geschäftsreisen vorbereiten, Small Talk führen wie auch Ihren Business Wortschatz erweitern und Grammatikstrukturen vertiefen, helfen Ihnen dabei.
We look forward to you joining us on this course!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35283D
Anthony Eades
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
151,20 Euro

English for the Job
Business English in der Kundenbetreuung
Sie müssen in Ihrem Beruf hin und wieder Telefonate auf Englisch führen oder englischsprachige Kunden betreuen? Dann besuchen Sie dieses Kompaktseminar! An zwei Tagen werden Ihnen die notwendigen Kenntnisse vermittelt, um im Büroalltag Telefon, Korrespondenz oder die Kundenbetreuung in englischer Sprache sicher zu meistern.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35286D
Angelika Eickelmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Freitag, 24.04.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufen B1.1-B1.3

Niveaustufe B1.1

Telephoning in English
Telefonieren auf Englisch leicht gemacht
This course is designed for learners who need to develop and consolidate practical telephone skills in a variety of interesting and relevant contexts (message-taking, spelling practice, etc.). A good mastery of English not only communicates a serious impression of your company to your customers, but also provides you the certainty to deal with all situations in business life.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35312D
Cliff Mugenyi
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Business Conversation

Increase Your Speaking Skills with Business Spotlight
You have a firm grasp of written English and you enjoy reading current international business topics? Then this is the course for you as you will brush up your spoken English skills whilst discussing the latest global issues presented in Business Spotlight Magazine (Spotlight Verlag).

Business Spotlight Magazine
Veranstaltung 151-35315D
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
67,20 Euro

Business Spotlight Magazine
Veranstaltung 151-35316D
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
75,60 Euro

Niveaustufe B1.2

Job Hunting in English
English for the Job Application Process
This course aims at people who need to use English during the job application process. During this course participants develop the specialist language knowledge and communication skills that job-seekers need to apply for jobs. Topics covered are writing a CV and a cover letter as well as interview techniques. Please be prepared to take part in a mock-interview for training purposes.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35331D
Susanne Alexandra Rothenburg
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.30-15.00 Uhr
14 UStd., 58,80 Euro

Business English for Socializing
In a Professional Context
This course offers a broad range of socializing skills and small talk topics. Furthermore you will learn some useful vocabulary for successful socializing as well as some cross-cultural tips. Take part in role-plays to practice your newly acquired skills.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35332D
Susanne Alexandra Rothenburg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.30-15.00 Uhr
14 UStd., 58,80 Euro

VHS-Gutschein:
Sie suchen nach einer Geschenkidee?
Dann erwerben Sie bei uns einen VHS-Gutschein.

Niveaustufe B1.3

Basis for Business
Büro- und Geschäftsenglisch
Modul 3
Learning Business English should not be a difficult task but rather fun and enjoyable!
This course is designed as a follow-up course but is also suitable for new students. It involves Business English and different kinds of business dealings, vocabulary, useful phrases, answering phone calls and e-mails. Perhaps you would like to improve your English in order to express your opinions in meetings or fairs and just simply talk business!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35333D
Angelika Eickelmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Montag, 19.01.15
18.00-19.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35334D
Angelika Eickelmann
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
151,20 Euro

English for Human Resources
Useful Business English
Topics covered are e. g. resourcing and outsourcing, competence frameworks, appraisal and performance review schemes. Be prepared to take part in activities and role-plays to improve your HR-English.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35342D
Susanne Alexandra Rothenburg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 9.30-15.00 Uhr
14 UStd., 58,80 Euro

Niveaustufen B2.1 - B2.3

Niveaustufe B2.1

Basis for Business
Büro- und Geschäftsenglisch
Modul 4
As business life becomes more and more international, it is imperative to go on improving Business English if one wants to be successful. This course covers a wide range of business related topics. It is also a big advantage to be familiar with key business phrases and you get an overview how business works in different cultures.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35393D
Cliff Mugenyi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
151,20 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform "Moodle" zu lernen.

Niveaustufe B2.2

Presenting and Negotiating

As you advance in English you will find yourself faced with the task of speaking in public and negotiating with increasing frequency. Whether this occurs at your work place, at a conference or a trade fair, professional life is full of occasions in which you need to avail yourself of the rules of presenting and negotiating.
The skills you will learn and practice in this class will be how a good presentation is prepared and build (from writing it, using visuals, how to speak, dress and intercultural knowledge) and how to enhance your ability to negotiate (important techniques, skills and certain tactics your opponents may use at the negotiating table).

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35402D
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Freitag, 13.02.15, 17.45-21.00 Uhr
Freitag, 20.02.15, 17.45-21.00 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Sunday Morning Business English Club

Fit for the Office!
Sie möchten für Ihre persönliche Entwicklung mehr Sprachkompetenz in kurzer Zeit erlangen und haben bereits Sprachkenntnisse in Business-Englisch? Sie haben den Beginn Ihres Business-Englischkurses verpasst und möchten nach Kursbeginn quereinsteigen? Sie haben keine Zeit, bis zum nächsten Kursstart zu warten? Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack. Dieses Seminar mit hohem Lerntempo ermöglicht Ihnen auch nach Kursbeginn den Anschluss an einen unserer Kurse.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-35404D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 26.04.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 16,80 Euro

Finding a Job – in English

Applying for a Job
Have you ever thought about studying and working in an English-speaking country. Then this course is the right choice for you. You will learn how to write your CV (curriculum vitae) and a cover letter. Your will also be prepared for a job interview. You are welcome to bring your own material (CV, job advertisement, etc.)
This workshop is for school-leavers and for students who either want to find a job at a company in Germany with English culture or in the English speaking world.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35406D
Sylvia Kirchhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 30.05.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Niveaustufe B2.3

Business Conversation Global Business

Environment, new Technology and Climate
New grammar, vocabulary and communication is practised by reading and discussing current articles from the Times, the Guardian and the Economist. In addition we will review advanced grammar.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35409D
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 8 UStd.
25,20 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Business English Dinner (B2.3)

Talking Strategies and Culture Gaps
When dealing with international companies you know how important business meals are. This seminar offers the necessary strategies and tools to handle very important lunchtime business meetings and offers the opportunity to cultivate important contacts to business partners and how to discuss high-level business matters outside your office.
The first part of this seminar takes place in classroom whereas the second part is located at "Ristorante Castello".
Food and drinks are not included.
Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35410D
Anthony Eades
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Mittwoch, 04.03.15, 18.45-22.00 Uhr
4 UStd., 25,00 Euro

Anmeldung bis spätestens 06.03.2015

English Business Communication

Corresponding Internationally
The course will set out from forms of organizing commercial enterprises and types of communication between firms operating internationally. You will get to know and practise telephone, internet and written correspondence of all kinds that these firms use (i. e. offers, inquiries, orders, payment, delivery and complaints). You will be working with example texts from various areas of commerce and industrial production.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35412D
Sylvia Kirchhoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Niveaustufe B2.3

Written English Business Communication

What do you write, when a customer has not paid his bill or a supplier has delivered the wrong shipment? How do you start a letter in English to someone you don't know? These and other questions are discussed in this course so you can write your business letters with confidence in the future.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35414D
Cliff Mugenyi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
Freitag, 08.05.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Business Communication Weekend

If you need to use English in business contexts, this workshop helps you improve your ability to communicate when socializing, telephoning, making presentations, taking part in meetings and negotiating. It is designed to enhance your speaking skills through role-plays, discussions, presentations and related areas.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35416D
Cliff Mugenyi
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 19.06.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 20.06.15, 9.00-15.00 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Niveaustufe C1.1

Motivation

Management Tools for Running a Successful Business
Financial incentives and the fear of failure, the carrot and the stick, those were the classic tools to motivate employees in the 20th century. There is a growing recognition in the scientific community and in the HR (human resources) departments of cutting-edge companies, however, that thinking about motivation in the 21st century has to change. Sophisticated, creative 21st century tasks need a different approach. The seminar looks at up-to-date and important works about motivation.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35417D
René Lindner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 14.03.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Selbstständige und kompetente Sprachverwendung (B2/C1/C2)

Diese Sprachniveaus (Prüfungsabschlüsse) sind im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Prüfungsvorbereitende Kurse

FCE Preparation Course (FCE, B2)

Fast Lane

This course is designed for those who need to prepare for FCE examination in June 2015 (Cambridge English: First). It will cover all the five papers: Reading, Writing, Use of English, Listening, Speaking. We shall also deal with the most common mistakes and focus on strategies for effective learning. You should have a good basic working knowledge of English to join this course, and be prepared for homework and essay writing practice. Please contact the Volkshochschule before registering or come to our free language counselling.

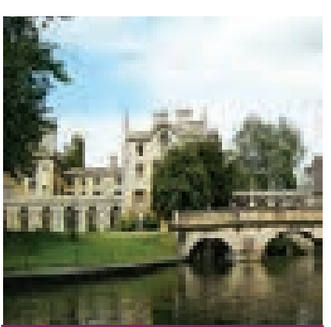
Material will be announced.
Veranstaltung 151-35600D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Samstag, ab 07.02.15
9.00-14.45 Uhr, 48 UStd., 244,80 Euro

CAE Preparation Course (CAE, C1)

Fast Lane

This course prepares candidates for the CAE exam in June 2015 (Cambridge English: Advanced). It is intended for people who are experienced in learning languages and are willing to do a lot of work in a short time. You should have a good working knowledge of English to join this course, and be prepared for homework and essay writing practice.
Please contact the Volkshochschule before registering or come to our free language counselling.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-35601D
Kerstin Riemer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Samstag, ab 07.02.15
9.00-14.45 Uhr, 48 UStd., 244,80 Euro



Sprachberatung

Welcher Kurs passt zu Ihnen? Wir helfen Ihnen weiter. Lassen Sie sich von uns kostenlos beraten!

Cambridge English Language Assessment
(University of Cambridge ESOL Examinations)

Prüfungen: FCE, CAE, CPE, BEC (Preliminary, Vantage, Higher)

Cambridge English: First (FCE, B2)

This examination is on the B2 level of the European scale.
Exam Fee: At the present time the examination fee is 170,00 Euro for Volkshochschule candidates. Cambridge English Language Assessment does not grant any reduction on this price. Prices are subject to change!

Please note: The regulations do not normally allow a refund for candidates unable to take part in the examination.

Veranstaltung 151-35800
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
mündlich: 08.06.15
schriftlich: 09.06.15
170,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.03.2015

Cambridge English: Proficiency (CPE, C2)

This examination is on the C2 level of the European scale.
Exam Fee: At the present time the examination fee is 188,00 Euro for Volkshochschule candidates. Cambridge English Language Assessment does not grant any reduction on this price. Prices are subject to change!

Please note: The regulations do not normally allow a refund for candidates unable to take part in the examination.

Veranstaltung 151-35802
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
mündlich: 08.06.15
schriftlich: 11.06.15
188,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.03.2015

Cambridge English: Business Vantage (BEC, B2)

This examination is on the B2 level of the European scale.
Exam Fee: At the present time the examination fee is 175,00 Euro for Volkshochschule candidates. Cambridge English Language Assessment does not grant any reduction on this price. Prices are subject to change!

Please note: The regulations do not normally allow a refund for candidates unable to take part in the examination.

Veranstaltung 151-35804
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
mündlich: 01.06.15
schriftlich: 30.05.15
175,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.03.2015

Cambridge English: Advanced (CAE, C1)

This examination is on the C1 level of the European scale.
Exam Fee: At the present time the examination fee is 185,00 Euro for Volkshochschule candidates. Cambridge English Language Assessment does not grant any reduction on this price. Prices are subject to change!

Please note: The regulations do not normally allow a refund for candidates unable to take part in the examination.

Veranstaltung 151-35801
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
schriftlich: 10.06.15
mündlich: 08.06.15
185,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.03.2015

Cambridge English: Business Preliminary (BEC, B1)

This examination is on the B1 level of the European scale.
Exam Fee: At the present time the examination fee is 142,00 Euro for Volkshochschule candidates. Cambridge English Language Assessment does not grant any reduction on this price. Prices are subject to change!

Please note: The regulations do not normally allow a refund for candidates unable to take part in the examination.

Veranstaltung 151-35803
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
mündlich: 11.05.2015
schriftlich: 16.05.2015
142,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.03.2015

Cambridge English: Business Higher (BEC, C1)

This examination is on the C1 level of the European scale.
Exam Fee: At the present time the examination fee is 188,00 Euro for Volkshochschule candidates. Cambridge English Language Assessment does not grant any reduction on this price. Prices are subject to change!

Please note: The regulations do not normally allow a refund for candidates unable to take part in the examination.

Veranstaltung 151-35805
VHS Löwenhof, Hansastr. 2-4
mündlich: 01.06.2015
schriftlich: 02.06.2015
188,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 17.03.2015

Ihre Anmeldung zu Cambridge-Prüfungen

Die Anmeldung für alle Cambridge-Prüfungen erfolgt nur mit einem gesonderten Anmeldeformular während der VHS-Geschäftszeiten beim Teilnehmerservice (Montag bis Donnerstag, 10.00-17.00 Uhr, Forum, Hansastr. 2-4). Eine Internetanmeldung ist nicht möglich.

Französisch

Weiterbildungsmanagement:
Ulrike Rüthing-Vollmer
(0231) 50-2 47 29
uruething-vollmer@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Tanja Rogowski
trogowski@stadtdo.de
(0231) 50-2 48 91

Elementare Sprachverwendung (A1)

Dieses Sprachniveau (Niveaustufen A1.1 - A1.3) ist im Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen beschrieben.

Für die einen ist Französisch die eleganteste Sprache der Welt. Andere halten es für die Sprache der Liebe.
Nicht wenige finden beides zutreffend. Französisch ist vieles - und noch mehr: Nämlich eine Weltsprache, die von weit über 100 Millionen Menschen auf allen Kontinenten in über 50 Ländern gesprochen wird.

Wenn Sie gerne Französisch lernen möchten oder Ihre bereits erworbenen Kenntnisse vertiefen, bietet Ihnen unser Programm ein umfangreiches Angebot, mit dem Sie bald dem "savoir vivre" sprachlich näher kommen können.
Sie bringen knapp ein «bonjour» über die Lippen? Oder Sie fühlen sich im Französischen schon fast «à la maison»?
Die VHS hat den passenden Kurs für Sie:

- **Kleingruppen**
- **Intensivkurse**
- **Wochenendkurse**

Niveaustufe A1.1

In den Kursen der Niveaustufe A1.1 - A1.3 lernen Sie Französisch von Anfang an und arbeiten mit dem Lehrbuch Voyages, Band 1, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529276-5.
Sie behandeln die Themen Erstes Kennenlernen, Begegnungen, im Café, Städte und Regionen.

Veranstaltung 151-36000
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-36002
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Kursbeginn nach den Osterferien

Veranstaltung 151-36050D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Veranstaltung 151-36052D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 23.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Französisch ohne Vorkenntnisse

Intensivwoche
In diesem Intensivkurs mit hohem Lerntempo haben Sie die Möglichkeit, innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) Grundkenntnisse der französischen Sprache zu erwerben. Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Voyages, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-529276-5
Über die ersten sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur zu vermitteln. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Dieser Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an der Intensivwoche kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-36080D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Samstagsclub Französisch

Intensives Lernen in einer kleinen Gruppe am Wochenende: Samstagsclubs wenden sich an Teilnehmende, die in kompakter Form kurzfristig Sprachkenntnisse erwerben wollen. Samstagsclubs finden am Samstag mit jeweils vier Unterrichtsstunden in der Zeit von 09.30 bis 12.45 Uhr statt.
Die Gruppengröße beträgt 5 bis maximal 9 Teilnehmer.

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Voyages, Band 1, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529276-5. Sie behandeln die Themen Erstes Kennenlernen, Begegnungen, im Café, Städte und Regionen.

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. (A1-Niveau).

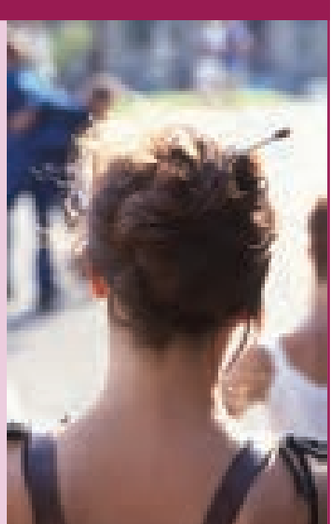
Kleingruppe
Veranstaltung 151-36090
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Samstag, ab 18.04.15
9.30-12.45 Uhr, 20 UStd
80,00 Euro

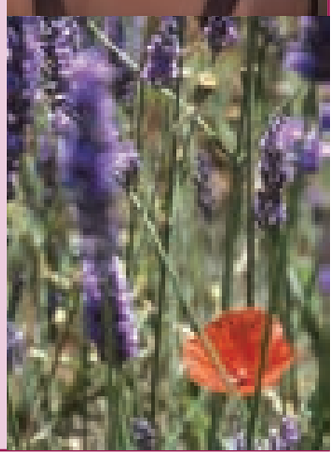
Kleingruppe
Veranstaltung 151-36010
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 24.01.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Erleben Sie den Spaß an der französischen Sprache und erweitern Sie dabei Ihre Grundkenntnisse. Das Sprechen wird im Vordergrund stehen, kommunikative Situationen des Alltags werden geübt.
Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen. (A1-Niveau).
Lehrbuch Voyages, Band 1, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529276-5.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36208
Fabienne Schewior
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 24.01.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro
Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. (A1.3 -Niveau).
Lehrbuch Voyages, Band 1, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529276-5.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36304
Fabienne Schewior
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 18.04.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro





Flatrate-Ticket
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Französisch, Italienisch, Spanisch
Weitere Informationen: Seite 9

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufe A1.2

Aufbauend auf den Kursen der Niveaustufe A1.1 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch Voyages, Band 1, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529276-5.
Sie lernen u.a. Lebensmittel einzukaufen, nach dem Preis zu fragen, im Restaurant zu bestellen und über Essgewohnheiten zu sprechen. In der Grammatik lernen Sie Mengenangaben, die Uhrzeit, Frageprononen sowie Häufigkeitsangaben.

ab Lektion 7
Veranstaltung 151-36200
Fabienne Schewior
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 19.01.15
14.45-16.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-36202
Anja Thiele
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Kleingruppe/ca ab Lektion 6
Veranstaltung 151-36204
Katerina Ruzickova
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-36205
Julie Calvo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 3
Veranstaltung 151-36206
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Französisch mit geringen Vorkenntnissen (A1.2 -Niveau)

Intensivwoche
Alles, was Sie für diesen Kurs mit hohem Lerntempo mitbringen sollten, sind geringe Vorkenntnisse (ca. 1 Jahr) und natürlich Spaß an der französischen Sprache. Mitnehmen können Sie aus diesem einwöchigen Intensivlehrgang jede Menge - sowohl sprachlich als auch kulturell werden Sie sich Land und Leuten nähern.
Der Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an der Intensivwoche kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.
(Das Material wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.)

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-36212D
Chantal Delay
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Aufbauend auf den Kursen der Niveaustufe A1.2 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch Voyages, Band 1, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529276-5.
Sie lernen u.a. Kleidung einzukaufen, im Geschäft nach etwas zu fragen sowie über Reiseziele und Urlaubsgewohnheiten zu sprechen. In der Grammatik lernen Sie die direkten und indirekten Objektpronomen, den Komparativ und das passé-composé.
Sie lernen u.a. Familienverhältnisse, Personen und Arbeitssituationen zu beschreiben, über Freizeitaktivitäten und Vokabeln zu sprechen. In der Grammatik lernen Sie Mengenangaben, das futur proche und die Possessivpronomen.

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-36300
Julie Calvo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 6
Veranstaltung 151-36302
Katerina Ruzickova
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Ah, les belles vacances!

Oh là là, der nächste Urlaub steht an und Sie fühlen sich trotz gewisser Vorkenntnisse (1-2 Jahre) sprachlich nicht fit genug?
In unserem Wochenendseminar behandeln wir mit Ihnen praktische Situationen im Gastland (im Hotel, Restaurant, Café, Einkaufen, Exkursionen). Außer der Erarbeitung sprachlicher Fertigkeiten sprechen wir über die charmanten Eigenheiten unseres Nachbarlandes. Ob Sie die Unterschiede überraschen?
(Das Material wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt)

Veranstaltung 151-36312D
Chantal Delay
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Elementare Sprachverwendung (A2)

Dieses Sprachniveau (Niveaustufen A2.1 - A2.3) ist im Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen beschrieben.

Wenn Sie schon einmal etwas länger Französisch gelernt haben, ist ein Kurs der Niveaustufen A2.1-A2.3 für Sie geeignet. Auf jeden Fall sollten Sie sich beraten lassen.
Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben.
Wenn Sie die Möglichkeit haben, das Lehrbuch frühzeitig zu erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten.

Niveaustufe A2.1

Aufbauend auf den Kursen der Niveaustufe A1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch Voyages, Band 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-529278-9.
Sie lernen u.a. Häuser, Wohnungen und Einrichtungen zu beschreiben, Vorgänge in der Vergangenheit zu beschreiben, über Erinnerungen zu sprechen sowie Krankheitssymptome zu benennen. In der Grammatik lernen Sie Präpositionen und Adverbien des Ortes, das imparfait, den Gebrauch von imparfait und passé-composé und reflexive Verben.

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-36400
Anja Thiele
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 26.01.15
16.15-17.45 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Lehrbuch Voyages, Band 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-529278-9.

Auffrischen

Sie haben vor längerer Zeit Französisch gelernt und trotzdem haben Sie das Gefühl, dass Sie in Frankreich nicht einmal das "Allernötigste" sagen können? Wenn Ihre Zeit nicht für einen längeren Kurs reicht, dann hilft Ihnen dieser Kurs, sich in typischen Alltagssituationen zu behaupten.
(Das Unterrichtsmaterial wird zur Verfügung gestellt.)
Veranstaltung 151-36402D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 20.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Veranstaltung 151-36404
Ulrike Rüthing-Vollmer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-36406
Renate Populoh
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Französisch mit Vorkenntnissen (A2-Niveau)

Intensivwoche
Alles, was Sie für diesen Kurs mit hohem Lerntempo mitbringen sollten, sind Vorkenntnisse (A2-Niveau) und natürlich Spaß an der französischen Sprache. Mitnehmen können Sie aus diesem einwöchigen Intensivlehrgang jede Menge - sowohl sprachlich als auch kulturell werden Sie sich Land und Leuten nähern.
Der Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an der Intensivwoche kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.
(Das Material wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.)

Veranstaltung 151-36408D
Dominique Chagnon
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
Mo-Do, 30.03.-02.04.15, 9.30-17.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufe A2.2

Sie lernen u.a. Häuser, Wohnungen und Einrichtungen zu beschreiben, Vorgänge in der Vergangenheit zu beschreiben, über Erinnerungen zu sprechen sowie Krankheitssymptome zu benennen. In der Grammatik lernen Sie Präpositionen und Adverbien des Ortes, das imparfait, den Gebrauch von imparfait und passé-composé und reflexive Verben.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Voyages, Band 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529278-9.

Kleingruppe/ab Lektion 6
Veranstaltung 151-36420
Julie Calvo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 494 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-36422
Chantal Delay
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
11.15-12.45 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 6
Veranstaltung 151-36424
Julie Calvo
VHS Löwenhof,
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-36430
Brigitte George
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 11
Veranstaltung 151-36432
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
18.00-19.30 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 9
Veranstaltung 151-36434
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-36436
Brigitte George
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-36438
Julie Calvo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Flatrate-Ticket Spanisch Französisch Italienisch

Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen in Französisch, Spanisch und Italienisch

Nach dem Erfolg der Sprachen-Flatrate im Herbst 2014 wird dieses Angebot im Januar 2015 fortgesetzt.
Da immer mehr Teilnehmende in Sprachkursen den Wunsch nach flexiblerer Kursteilnahme äußern, wird die VHS für ausgewählte Kurse in den Sprachen Französisch, Spanisch und Italienisch ein Flatrate-Ticket anbieten.

Mit diesem Ticket lernen Sie, wann, wo und wie oft Sie wollen.
Alles ist möglich:
- immer in der gleichen Gruppe oder jedes Mal in einem anderen Kurs
- Start zu Beginn des Semesters oder später, Sie haben die Wahl!
- Auswahl aus 45 Kursen

Wie funktioniert die Flatrate? Sie erwerben ein Sprachen-Flatrate-Ticket zum Preis von 199,00 Euro und können damit alle Kurse spontan und ohne Anmeldung besuchen, die dieses Erkennungszeichen tragen:

Bringen Sie das Ticket zu Ihrem Kursbesuch mit und genießen Sie Ihre Flexibilität! Veranstaltung 151-36000

Selbstständige Sprachverwendung (B1/B2)

Dieses Sprachniveau (Grund- und Mittelstufen) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen beschrieben.

Niveaustufen B1.1. - B1.3

Für alle, die bereits längere Zeit Französisch gelernt haben, eignen sich die Kurse der Niveaustufen B1.1 - B1.3. Auch hier sollten Sie sich in jedem Fall beraten lassen, um gemeinsam mit einer Dozentin den für Sie richtigen Kurs zu finden (Beratungstermine siehe oben).
In den Kursen der Niveaustufen B1.1 - B1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Voyages, Band 3, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-22-52280-2. Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben. Wenn Sie die Möglichkeit haben, das Lehrbuch frühzeitig zu erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten.
In den Kursen der Abschlussstufe behandeln Sie die Themen: Urlaub, Französische Regionen, Umweltprobleme, Sitten und Gebräuche, Arbeitsmarkt, Frauen, Freizeit, Familie, Kulturen, Feste, Mode, Gesundheit. Darüber hinaus lesen und diskutieren Sie vielleicht schon Zeitungsartikel und kürzere Texte französischer Autoren.

Französisch mit Vorkenntnissen (B1-Niveau)

Intensivwoche
Alles, was Sie für diesen Kurs mit hohem Lerntempo mitbringen sollten, sind Vorkenntnisse (B1-Niveau) und natürlich Spaß an der französischen Sprache. Mitnehmen können Sie aus diesem einwöchigen Intensivlehrgang jede Menge - sowohl sprachlich als auch kulturell werden Sie sich Land und Leuten nähern.
Der Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an der Intensivwoche kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.
(Das Material wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.)

Veranstaltung 151-36700D
Dominique Chagnon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Kleingruppe/ab Lektion 4
Veranstaltung 151-36720
Brigitte George
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

In den Kursen der Niveaustufe B1.1 - B1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Voyages, Band 3, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529280-2.

Kleingruppe/ab Lektion 10
Veranstaltung 151-36730
Leni Osterhaus
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
16 x Dienstag, ab 20.01.15
17.00-18.30 Uhr, 32 UStd., 128,00 Euro

ab Lektion 11/12
Veranstaltung 151-36732
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Auffrischen

Sie haben vor längerer Zeit Französisch gelernt und trotzdem haben Sie das Gefühl, dass Sie in Frankreich nicht einmal das "Allernötigste" sagen können? Wenn Ihre Zeit nicht für einen längeren Kurs reicht, dann hilft Ihnen dieser Kurs, sich in typischen Alltagssituationen zu behaupten.
Voyages, Band 3, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529280-2

Kleingruppe/ab Lektion 10
Veranstaltung 151-36734
Fabienne Schewior
VHS Löwenhof,
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Veranstaltung 151-36736
Josette Menke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Freitag, ab 30.01.15
10.35-12.05 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Petite Conversation de printemps

Ce cours de conversation s´adresse à des personnes qui ont de bonnes connaissances de la langue française (niveauB1 / B2). Nous parlerons de sujets très variés à partir d´articles de journaux et de revues. Si vous le souhaitez, nous réviserons les structures grammaticales les plus importantes. Le matériel sera mis à votre disposition.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36800
Dominique Chagnon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

TAC = Textes Authentiques Courts

Sie möchten Ihre Französischkenntnisse anhand von interessanten Diskussionen auffrischen und vertiefen?
Dieses Ziel erreichen wir mit Hilfe von TAC = Textes Authentiques Courts, die uns Themen liefern. Wir trainieren das freie Sprechen und wiederholen nach Wunsch Kapitel der Grammatik.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36801
Martine Sommerer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Einführung in die Konversation

Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks "Voyages" (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie In diesem Kurs. In erster Linie arbeiten wir darauf hin, dass Sie immer freier sprechen können und wiederholen zudem wichtige Bereiche der Grammatik. Die Kurse "Einführung in die Konversation" entsprechen der Stufe B1 des vom Europarat entwickelten "Europäischen Referenzrahmens".
Es wird ohne Buch gearbeitet.

Veranstaltung 151-36802
Dominique Chagnon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36804
Chantal Delay
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Veranstaltung 151-36806
Josette Menke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-36809
Julie Calvo
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36810
Chantal Delay
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
16 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36812
Josette Menke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Freitag, ab 30.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kompetente Sprachverwendung (C1/C2)

Dieses Sprachniveau ist im "Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen beschrieben".

Cours de conversation 1

Ces cours demandent une participation active de chacun à une discussion sur un thème choisi, puis à l´étude de textes littéraires. Les discussions portent sur des sujets ou événements actuels à partir d´articles de journaux divers. Die Konversationskurse entsprechen der Stufe C1 des vom Europarat entwickelten "Europäischen Referenzrahmens".

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36814
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Veranstaltung 151-36815
Dominique Chagnon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.00-11.30 Uhr, 32 UStd.
96,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36816
Fabienne Schewior
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Actualités: Quoi de neuf en France?

A partir d´extraits de la presse, nous parlerons de l´actualité du mois qui a animé la France et les Français. Débats, échanges d´idées et confrontations d´opinions permettront à chacun de mettre en pratique ses connaissances de français, de communiquer et d´argumenter.

Veranstaltung 151-36818
Dominique Chagnon
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.00-20.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Discussions diverses et variées

Venez goûter ce qu´on va vous servir: textes actuels et élargissements du vocabulaire, révisions de grammaire et lecture. Vous êtes les bienvenus à notre rendez-vous du mardi matin!

Veranstaltung 151-36820
Dominique Chagnon
Hörde
Amtshaus Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
17 x Dienstag, ab 27.01.15
10.15-11.45 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Cours de conversation littéraire

Lecture d'une oeuvre littéraire et discussions d'actualités

Veranstaltung 151-36822
Dominique Chagnon
Hörde
Amtshaus Wellinghofen
Wellinghofer Amtsstr. 23
17 x Dienstag, ab 27.01.15
8.45-10.15 Uhr, 34 UStd.
102,00 Euro

Cours de conversation 2

Les discussions portent sur des sujets ou événements actuels - politiques, scientifiques ou littéraires a partir d'articles de journaux divers. Les textes sont photocopiés et distribués dans le cours. Die Konversationskurse entsprechen der Stufe B2 des vom Europarat entwickelten "Europäischen Referenzrahmens".

Veranstaltung 151-36824
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
18.00-19.30 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Lire, comprendre, parler

Für Teilnehmer / innen, die Voyage Band 1, 2, 3 oder vergleichbare Lehrwerke bereits durchgearbeitet haben. Ziel dieses Kurses ist es, den Grundwortschatz durch Lektüre und Diskussion aktueller Texte zu wiederholen, zu vertiefen und zu erweitern.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36826
Danielle Spiekermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

La France des régions

Ce cours s'adresse à ceux et celles qui ont le niveau du certificat et qui souhaitent approfondir et consolider leurs connaissances en français.
Nous allons découvrir les différentes régions de la France (géographie, paysages, économie, art ...) à l'aide du livre. De temps en temps on parlera des actualitées de la Francophonie et une petite révision de grammaire nous fera certainement du bien.
Découvrons ensemble une nouvelle approche de l'apprentissage et de l'amélioration de la langue française.
Lehrwerk: La France des Régions, Hueber-Verlag
ISBN: 3-19-003311-0

Veranstaltung 151-36832D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Samstag, ab 09.05.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Französisch für Senior/innen

In Zusammenarbeit mit dem Sozialamt werden im Wilhelm-Hansmann-Haus Sprachkurse in Französisch für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen und Fortgeschrittene durchgeführt. Sie arbeiten mit den unten angegebenen Lehrbüchern.
Es gelten die Teilnahmebedingungen der Volkshochschule. Das Entgelt beträgt 72,00 Euro (96,00 Euro Kleingruppe)
Alle Veranstaltungen finden im Städtischen Begegnungszentrum, Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Str. 21, statt.

Niveaustufe B1.1

In den Kursen der Niveaustufe arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Voyages, Band 3, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529280-2. Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben. Wenn Sie die Möglichkeit haben, das Lehrbuch frühzeitig zu erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten. In den Kursen der Niveautufe B1.1 behandeln Sie die Themen: Urlaub, Französische Regionen, Umweltprobleme, Sitten und Gebräuche, Arbeitsmarkt, Frauen, Freizeit, Familie, Kulturen, Feste, Mode, Gesundheit.

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-36971
Danielle Spiekermann
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
11.15-12.15 Uhr, 24 UStd.
72,00 Euro

Cours de conversation

Ce cours demande une participation active de chacun à une discussion sur un thème choisi, puis à l'étude de textes littéraires. Les discussions portent sur des sujets ou événements actuels à partir d'articles de journaux divers. Der Konversationskurs entspricht der Stufe C1 des vom Europarat entwickelten "Europäischen Referenzrahmens".

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36972
Danielle Spiekermann
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.00-11.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Flatrate-Ticket
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Französisch, Italienisch, Spanisch

Weitere Informationen: Seite 9

Italienisch

Weiterbildungsmanagement:
Ulrike Rüthing-Vollmer
(0231) 50-2 47 29
uruething-vollmer@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Tanja Rogowski
trogowski@stadtdo.de
(0231) 50-2 48 91

Elementare Sprachverwendung (A1/A2)

Dieses Sprachniveau (Grund- und Mittelstufen) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Zielsetzung

Sie möchten in Italien Urlaub machen und die Menschen dort verstehen? Sie möchten mit der Familie Ihres italienischen Geschäftsfreundes plaudern? Sie müssen im Büro Telefonate in Italienisch führen? Sie haben hier in Dortmund Kontakt mit Menschen aus Italien und möchten wenigstens ein bisschen von ihrer Sprache und ihrer Mentalität verstehen? – Bei uns können Sie das alles lernen.

Beratung

Bitte beachten Sie die Hinweise Information und Beratung auf Seite 55 des Volkshochschul-Programmheftes.

Niveaustufe A1.1

Diese Stufe ist für Personen, die keine Italienischkenntnisse haben. Wenn Sie über noch so geringe Vorkenntnisse verfügen, sollten Sie sich beraten lassen, um den geeigneten Kurs zu finden.
Die Kurse arbeiten mit dem Lehrbuch: Con piacere A1, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525180-9 In dieser ersten Stufe lernen Sie u.a. wie man sich begrüßt und verabschiedet, wie man nach dem Befinden fragt und sich vorstellt, wie man etwas bestätigt oder verneint sowie Ziel und Grund einer Reise anzugeben, ein Zimmer reservieren, sich nach der Ausstattung eines Hotels zu erkundigen, Getränke und Speisen im Café zu bestellen, Preise zu verstehen, etwas zu beurteilen. In der Grammatik lernen Sie das Substantiv, den bestimmten Artikel, das Adjektiv im Singular, die Nationalitätsbezeichnungen und einige Verben und Zahlen.

Veranstaltung 151-37002
Serena Bifolchi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Veranstaltung 151-37003
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Veranstaltung 151-37004
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Kursbeginn nach den Osterferien

Veranstaltung 151-37052D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 23.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Viva le vacanze

Dieser Kurs richtet sich an Reisende ohne Vorkenntnisse, die sich kurz vor Beginn einer Reise die wichtigsten sprachlichen Grundlagen aneignen möchten. Der Kurs trainiert in kurzen Unterrichtseinheiten alle wichtigen Redemittel, die im Urlaub benötigt werden (z.B. Begrüßung /Verabschiedung, im Land unterwegs, Hotel, Restaurant, Apotheke, Einkauf etc.)

Veranstaltung 151-37008D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd., 40,00 Euro

Sapore d'estate

Gemeinsam kochen, essen, trinken und dabei Italienisch sprechen Diese Veranstaltung richtet sich an alle Feinschmecker, denen die italienische Küche schmeckt.
Im Entgelt ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 8,00 Euro enthalten. Bitte Gefäße für die Reste mitbringen!

Veranstaltung 151-37058D
Serena Bifolchi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 28.05.15, 10.00-15.00 Uhr
6 UStd., 34,00 Euro

Italienisch für Anfänger/ InnenohneVorkenntnisse

Intensivwoche

Wenn Sie außer Pasta und Pizza keine Italienischkenntnisse haben, Sie aber in kurzer Zeit Italienisch lernen und mehr über Italien erfahren möchten, dann ist dieser Kurs mit hohem Lerntempo für Sie richtig. Lehrwerk: Con piacere A1, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525180-9
Dieser Intensivkurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmer- Weiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden.
Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber werden nach Anmeldung zugeschickt.
Bitte beachten Sie in diesem Fall die längeren Anmeldefristen beim Arbeitgeber.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-37060D
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Samstagsclub Italienisch

Intensives Lernen in einer kleinen Gruppe am Wochenende: Samstagsclubs wenden sich an Teilnehmende, die in kompakter Form kurzfristig Sprachkenntnisse erwerben wollen. Samstagsclubs finden jeweils samstags in der Zeit von 09.30 bis 12.45 Uhr statt. Die Gruppengröße beträgt 5 bis maximal 9 Teilnehmer.
Sie arbeiten mit dem Lehrwerk: Allegro 1 - Italienisch für Anfänger, Bestell-Nr. 978-3-12-525580-7.
Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37006
N.N.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 24.01.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37010
N.N.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 18.04.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Lehrbuch: Con piacere A1, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525180-9
Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37204
N.N.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 18.04.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

FOTO: PETER SCHAEFER

Niveaustufe A1.2

In den Kursen der Niveaustufe A1.2 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Con piacere A1, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525180-9.
In dieser Stufe lernen Sie u.a. wie man sich begrüßt und verabschiedet, wie man nach dem Befinden fragt und sich vorstellt, wie man etwas bestätigt oder verneint sowie Ziel und Grund einer Reise anzugeben, ein Zimmer reservieren, sich nach der Ausstattung eines Hotels zu erkundigen, Getränke und Speisen im Café zu bestellen, Preise zu verstehen, etwas zu beurteilen. In der Grammatik lernen Sie das Substantiv, den bestimmten Artikel, das Adjektiv im Singular, die Nationalitätsbezeichnungen und einige Verben und Zahlen.

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-37200
Sergio Gelsomino
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-37202
Christian Löwenberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-37203
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof,
17 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd.
96,00 Euro

Viva le vacanze

Dieser Kurs richtet sich an Reisende mit geringen Vorkenntnissen, die sich kurz vor Beginn einer Reise die wichtigsten sprachlichen Grundlagen aneignen möchten. Der Kurs trainiert in kurzen Unterrichtseinheiten alle wichtigen Redemittel, die im Urlaub benötigt werden (z.B. Begrüßung /Verabschiedung, im Land unterwegs, Hotel, Restaurant, Apotheke, Einkauf etc.)

Veranstaltung 151-37206D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
5 x Mittwoch, ab 29.04.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Italienisch für Anfänger/ Innen mit Vorkenntnissen

Intensivwoche
Lehrbuch: Con piacere A1, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525180-9
Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen. Dieser Intensivkurs mit hohem Lerntempo entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmer- Weiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden.
Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber werden nach Anmeldung zugeschickt.
Bitte beachten Sie in diesem Fall die längeren Anmeldefristen beim Arbeitgeber.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-37208D
Maria Pia Sanso-Hahn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.-26.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Wenn Sie schon einmal Italienisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen (Termine siehe oben).
In den Kursen der Niveaustufe A1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Allegro 1 -- Italienisch für Anfänger, Bestell-Nr. 978-3-21-525580-7. In dieser Stufe behandeln Sie die Themen: Ferien, Ortsangaben, Adverbien

ab Lektion 9
Veranstaltung 151-37300
Maria Pia Sanso-Hahn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-37302
Maria Pia Sanso-Hahn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
16.00-17.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-37304
Sergio Gelsomino
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

ab Lektion 7/8
Veranstaltung 151-37306
Aloa Manca-Menke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Al mercato!

Was ist schöner, als auf einem italienischen Markt zwischen Obst, Gemüse, Farben und Lebensfreude zu bummeln? Klar: am Leben teilzunehmen statt nur Photos zu machen! An diesem Samstag werden wir aktiv shoppen gehen und lebendige Floskeln, Redewendungen und eine Prise Grammatik nach Hause bringen. Und gar nicht so nebenbei: können Sie auf Italienisch rechnen? Und wie spricht man eigentlich stracciatella oder gnocchi aus? (A1 Niveau)

Veranstaltung 151-37308D
Sandra Mauro
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Italien mal anders – L'albergo diffuso

Entdecken Sie mit der Italienischdozentin Giusy Baracchi-Krause vom Aussterben bedrohte Dörfer. Mit Hilfe eines neu entwickelten Konzeptes haben die Dorfbewohner bestimmter Regionen ein Konzept entwickelt, um Touristen in die verlassenen Bergregionen zu locken. Vortrag in leichtem Italienisch (A.2 -Niveau).

Veranstaltung 151-37398D
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 09.06.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Elementare Sprachverwendung (A1/A2)

Dieses Sprachniveau ist im "Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Niveaustufe A2.1

Wenn Sie schon einmal Italienisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen (Termine siehe oben). In den Kursen der Niveaustufe A2.1 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Con piacere A2, Bestell-Nr. 978-3-12-525183-0.
In dieser Stufe behandeln Sie die Themen:
Wünsche äußern, Erlebnisse erzählen, Biografien schreiben, Auskünfte einholen.
Wenn Sie gute Vorkenntnisse haben (längere Italienaufenthalte, mehrere Jahre Italienisch in der Schule oder in einem Sprachkurs) sollten Sie die kostenlose Fachberatung in Anspruch nehmen. Eine erfahrene Italienischdozentin wird Ihnen helfen, einen geeigneten Kurs zu finden.

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37400
Sergio Gelsomino
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Ci rivediamo

Sie möchten Ihre Italienischkenntnisse in intensiver Form vertiefen? In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse zu erweitern.
Sie arbeiten mit dem Lehrwerk Allegro 2.

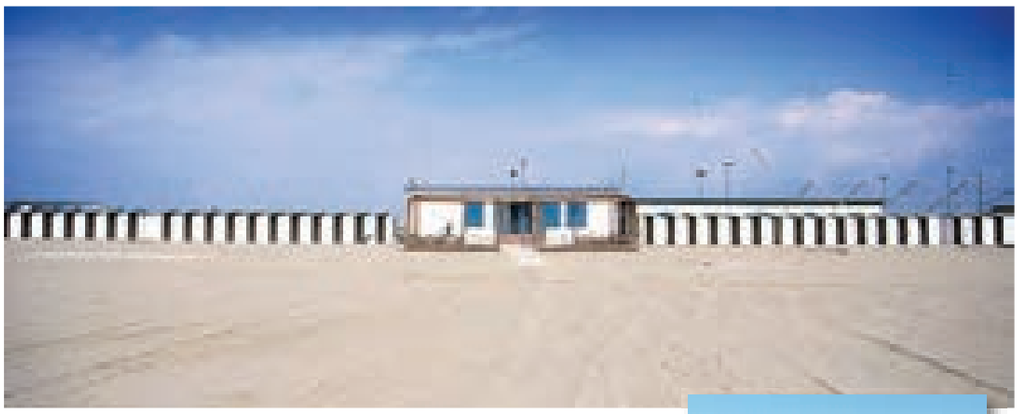
Ca. ab Lektion 6/7
Veranstaltung 151-37400D
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
10 UStd., 40,00 Euro

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37402
Christian Löwenberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37404
Sandra Mauro
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37406
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
19 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37408
Nicole Testini
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro



Dolce Vita in Haus Rodenberg

Ein Kurs in der schönen Umgebung von Haus Rodenberg hilft Ihnen, die gelernten Strukturen und Vokabeln, die Sie im Laufe eines Semesters gelernt haben, zu festigen, ohne dabei den Spaß zu verlieren. Situationen des Alltags werden durch aktives Sprechen und viele visuelle Inputs spielerisch geübt, die letzten Zweifel werden geklärt, Grammatik und Wortschatz werden mit verschiedenen Spielen in Schwerpunkten wiederholt, so dass der Sprung in das nächste Niveau mühelos zu schaffen ist.
Allegro A 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-525582-1

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-37410D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
12 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 24 UStd., 96,00 Euro

Auffrischen auf A2-Niveau

Sie haben Grundkenntnisse Italienisch, die Sie in entspannter Atmosphäre an einem Vormittag im Wasserschloss Haus Rodenberg vertiefen möchten.
Lehrbuch: Con piacere A2, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525183-0

Veranstaltung 151-37412D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
7 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 14 UStd., 56,00 Euro

Veranstaltung 151-37414D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
7 x Donnerstag, ab 16.04.15
10.45-12.15 Uhr, 14 UStd., 56,00 Euro

Die schönsten Dörfer des Bel Paese – Versteckte Schätze Italiens

Unternehmen Sie mit der Italienisch-dozentin Giusy Baracchi-Krause eine virtuelle Reise durch Italien und entdecken Sie die schönsten Dörfer. Ein Streifzug von Tesero, dem Dorf der hundert Krippen, im Norden bis Noto, der Geisterstadt, im Süden.
Vortrag in leichtem Italienisch (A2 -Niveau).

Veranstaltung 151-37416D
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 19.05.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Tocca a te

Ein vergnüglicher Samstag Vormittag in der VHS, dabei Italienisch spielerisch wiederholen, anwenden und vertiefen, für Interessierte auf A2- Niveau:

Divertimento, risate e conversazione.... un corso per ripassare la lingua italiana divertendosi con attivitá e giochi. Per passare una piacevole mattina, scambiare due parole e semplicemente stare insieme conoscendo la parte divertente dell´Italia.

Veranstaltung 151-37418D
Sandra Mauro
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 13.00-16.15 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Tutto su di me...

Man sitzt mit den ersten italienischen Bekannten vor einem Glas Wein und möchte von sich erzählen: soll es da wirklich bei Mi chiamo Hans, sono tedesco e faccio l'ingegnere bleiben? Was mag man im Leben? Was hat man alles gemacht? An diesem Samstag werden wir unseren Wortschatz erweitern, von uns erzählen und nach Gleichgesinnten suchen. Small talk kann größer werden! (A2 Niveau)

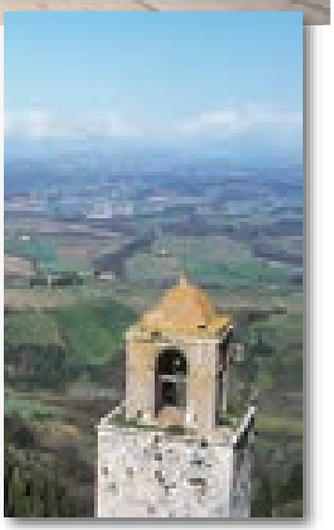
Veranstaltung 151-37419D
Sandra Mauro
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 23.05.15,
9.30-12.45 Uhr, 4 UStd.
20,00 Euro

Italienisch für Wiedereinsteiger

Sie haben Grundkenntnisse Italienisch, die Sie in entspannter Atmosphäre an einem Vormittag im Wasserschloss Haus Rodenberg vertiefen möchten.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Allegro, B 1, 978-3-12-525584-5.

ab Lektion 6/7
Veranstaltung 151-37420D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
17 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

ab Lektion 2/3
Veranstaltung 142-37424D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 8 UStd.
32,00 Euro



Niveaustufe A2.2

Wenn Sie schon etwas länger Italienisch gelernt haben (2 Jahre und mehr), ist ein Kurs der Niveaustufe A2.1 - A2.3 für Sie geeignet. Auf jeden Fall sollten Sie sich beraten lassen.

Sie lernen u.a. Orte der Vergangenheit zu beschreiben, über Vorlieben und Gewohnheiten zu sprechen, eine Meinung zu äußern. In der Grammatik lernen Sie das passato prossimo und das imperfetto.
Lehrbuch: Con piacere A2, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525183-0

Kleingruppe/ab Lektion 4
Veranstaltung 151-37421
Fiorangela-Simonetta Vadini-Krüger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 26.01.15
16.00-17.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Sie lernen u.a. eine Person zu beschreiben, über Veränderungen im Leben zu erzählen, sich zu verabreden, die Einrichtung einer Wohnung zu beschreiben, einen Standpunkt zu vertreten, über Produkte der italienischen Küche und über das eigene Wohlbefinden zu sprechen. In der Grammatik lernen Sie das passato prossimo der reflexiven Verben, das condizionale presente, den Superlativ und die si-Konstruktionen.
Lehrbuch Allegro A 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-525582-1

Kleingruppe/ab Lektion 7
Veranstaltung 151-37422
Sergio Gelsomino
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Allora, andiamo!

Sie möchten Ihre Italienischkenntnisse in intensiver Form vertiefen? In diesem Kurs auf der Niveaustufe B1 haben Sie die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse zu erweitern.
Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Konversation, ab Lektion 11
Veranstaltung 151-37424D
Giuseppina Baracchi-Krause
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstags, 21.02.15, 14.03.15, 18.04.15, 25.04.15, 09.05.15
9.00-12.15 Uhr, 20 UStd.
80,00 Euro

L'Italiano con la pubblicità

Erweitern Sie in angenehmer Athmosphäre und auf spielerische Art und Weise Ihre Italienischkenntnisse. Wir bieten Ihnen ein innovatives Programm: An Hand der bekanntesten Spots der italienichen Werbung erweitern Sie Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse. Vorkenntnisse auf A2- Niveau erwünscht.

Veranstaltung 151-37426D
Aloa Manca-Menke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
16.00-17.30 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Canta che ti passa

Wer kennt nicht den Ohrwurm "Lasciatemi cantare" von Toto Cutugno oder "Volare" des italienischen Sängers Domenico Modugno?
Der Italienischdozent und Musiker Sergio Gelsomino nimmt Sie mit seiner Gitarre auf eine Reise durch italienische canzoni. Ganz nebenbei wiederholen Sie wichtige Kapitel der italienischen Grammatik auf A2-Niveau. Landeskundliche Informationen ergänzen das Seminar.

Veranstaltung 151-37428D
Sergio Gelsomino
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
5 x Donnerstag, ab 23.04.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Quante storie!

Storie piccole o grandi, storie normali o un po' speciali, storie vere o inventate... Questo sabato ci esercitiamo a raccontare in italiano, tra piccoli misteri (cosa facevo ieri notte sul balcone?), grandi decisioni (passato prossimo o imperfetto?) e semplici catastrofi (mentre facevo la doccia è squillato il telefono!). Si prega di portare ironia, immaginazione e voglia di divertirsi. (B1 Niveau)

Veranstaltung 151-37438D
Sandra Mauro
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Flatrate-Ticket Spanisch Französisch Italienisch

Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen in Französisch, Spanisch und Italienisch

Nach dem Erfolg der Sprachen-Flatrate im Herbst 2014 wird dieses Angebot im Januar 2015 fortgesetzt.
Da immer mehr Teilnehmende in Sprachkursen den Wunsch nach flexiblerer Kursteilnahme äußern, wird die VHS für ausgewählte Kurse in den Sprachen Französisch, Spanisch und Italienisch ein Flatrate-Ticket anbieten.

Mit diesem Ticket lernen Sie, wann, wo und wie oft Sie wollen.
Alles ist möglich:
- immer in der gleichen Gruppe oder jedes Mal in einem anderen Kurs
- Start zu Beginn des Semesters oder später, Sie haben die Wahl!
- Auswahl aus 45 Kursen

Wie funktioniert die Flatrate? Sie erwerben ein Sprachen-Flatrate-Ticket zum Preis von 199,00 Euro und können damit alle Kurse spontan und ohne Anmeldung besuchen, die dieses Erkennungszeichen tragen:

Bringen Sie das Ticket zu Ihrem Kursbesuch mit und genießen Sie Ihre Flexibilität! Veranstaltung 151-36000

Selbstständige Sprachverwendung (B1/B2)

Dieses Sprachniveau ist im "Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Niveaustufe B1.1

Pura conversazione

Pura Conversazione, su temi d'attualità, senza libro, senza esercizi di grammatica: Io correggo gli errori e vi insegno a parlare correttamente. Se avete quasi finito il secondo libro di testo, cioè se siete ad un livello a partire da fine A2/inizio B1 in avanti, questo è il corso perfetto per voi. Vi aspetto! Diventerete dei chiacchieroni come gli italiani!
Con piacere B1, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525186-1

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37500D
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 14 UStd., 56,00 Euro

Veranstaltung 151-37502
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Montag, ab 20.04.15
10.45-12.15 Uhr, 12 UStd., 48,00 Euro

Conversazione

Sie verfügen bereits über Italienischkenntnisse (Niveau B1), möchten sie auffrischen und dabei die Regionen des schönsten Landes auf der Welt kennenlernen?

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37504
Maria Pia Sanso-Hahn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Wenn Sie schon etwas länger Italienisch gelernt haben (3 Jahre und mehr), ist ein Kurs der Niveaustufe B1.1. - B1.3 für Sie geeignet. Auf jeden Fall sollten Sie sich be raten lassen.
In dieser Stufe behandeln Sie die Themen: Konjunktiv Imperfekt, Bedingungssatz, Arbeitsleben.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch:
Con piacere B1, Klett-Verlag,
Bestell-Nr.: 978-3-12-525186-1

Kleingruppe/ab Lektion 4
Veranstaltung 151-37520
Maria Pia Sanso-Hahn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Veranstaltung 151-37530
Sandra Mauro
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird bekannt gegeben.

Adesso parliamo!

In diesem Konversationskurs erweitern Sie Ihren Wortschatz, indem Sie Texte zu verschiedenen Themen lesen und diskutieren. Sie erhalten einen ersten Einblick in ausgewählte italienische Literatur der Gegenwart. Die wichtigsten Kapitel der Grammatik werden wiederholt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37532
Giuseppina Baracchi-Krause
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
17 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 34 UStd., 128,00 Euro

Pizza, mamma e mandolino?

Questo sabato esploreremo la storia e la geografia italiane cercando di scoprire cosa c'è di vero nei tanti luoghi comuni sull'Italia e gli italiani: sono davvero disorganizzati, creativi e amanti della dolce vita? C'è un solo tipo di italiani? E il congiuntivo è davvero così difficile?

Veranstaltung 151-37534
Sandra Mauro
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15
9.30-12.45 Uhr, 4 UStd.
20,00 Euro

Italienisch Introduzione alla Lettura e Conversazione B2

Diese Kurse sind für Personen, die das Lehrbuch Allegro A1, A2 und B1 oder vergleichbare Lehrwerke durchgearbeitet haben oder über entsprechende Italienischkenntnisse verfügen.
Die Lektüre kurzer italienischer Texte soll zu Diskussionen anregen und die Sprechfähigkeit verbessern.
Dabei kann es die Situation erfordern, dass wichtige Kapitel der Grammatik wiederholt und noch nicht erlernte grammatische Strukturen behandelt werden. Nutzen Sie die Chance unserer kostenlosen Sprachenberatung!

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37602
Isabella Amaduzzi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Notizie d'attualità e letteratura

Wir treffen uns für einen Frühshoppen der besonderen Art: Wir lesen und diskutieren über aktuelle Themen unserer Welt und ergänzen diese mit italienischen literarischen Kurztexten. Die wichtigsten Kapitel der Grammatik werden wiederholt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37604
Giuseppina Baracchi-Krause
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
14 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 28 UStd.
112,00 Euro

talienisch Corso di Lettura e Conversazione B2

Wenn Sie die Lehrbücher Allegro Band 1, 2 und 3 durchgearbeitet haben oder über entsprechende Italienischkenntnisse verfügen, haben Sie die Möglichkeit, in Kursen mit italienischen Muttersprachlerinnen Ihr Hörverstehen und Ihre Sprechfähigkeit zu verbessern, Ihren Wortschatz systematisch zu erweitern und durch die Lektüre und Diskussion italienischer Texte mehr über Italien und die Menschen dort zu erfahren. Bei Gelegenheit werden auch wichtige Kapitel der Grammatik wiederholt. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37610
Isabella Amaduzzi
VHS Löwenhof,
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Cosa succede nel mondo?

Kommen Sie zu uns für einen netten Abend in angenehmer Atmosphäre: Wir lesen und diskutieren über das, was in unserer Welt gerade so passiert. Wir ergänzen dies mit Auszügen aus den Werken italienischer Autoren. Die wichtigsten Kapitel der Grammatik werden wiederholt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-37612
Giuseppina Baracchi-Krause
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
14 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.30 Uhr, 28 UStd.
11200 Euro

Veranstaltung 151-37614
Fiorangela-Simonetta Vadini-Krüger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
16.00-17.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Flatrate-Ticket
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Französisch, Italienisch, Spanisch

Weitere Informationen: Seite 9

Spanisch

Weiterbildungsmanagement:
Ulrike Rüthing-Vollmer
(0231) 50-2 47 29
uruething-vollmer@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Tanja Rogowski
(0231) 50-2 48 91
trogowski@stadtdo.de

Zielsetzung

Etwa 388 Millionen Menschen auf der Welt sprechen Spanisch (Español/ Castellano) als Muttersprache, weitere ca. 59 Millionen als Zweitsprache. Nicht nur in Spanien, sondern in weiten Teilen Lateinamerikas ist Spanisch die Amtssprache. Spanisch ist – nach Englisch – die am häufigsten erlernte Sprache der Welt. Seitdem spanische Restaurants zu jeder deutschen Kleinstadt gehören, die VHS Flamenco-Kurse anbietet und Isabel Allende mit dem "Geisterhaus" lateinamerikanische Mythen verbreitet hat, boomt das Interesse an der spanischen Sprache. Schließlich ist Spanien EU- Partner und Lateinamerika als Handelspartner fester Bestandteil der Wirtschaft. Genug Gründe also, ein bisschen von ihrer Sprache und ihrer Mentalität zu verstehen.
Nach dem Besuch eines unserer Kurse sprechen und verstehen Sie Spanisch - ein wenig bis sehr viel, je nach Ihren Vorkenntnissen und Ihren Erfolgen im Kurs.
Die Veranstaltungen werden von Dozent/innen aus Spanien und Südamerika geleitet.

Beratung

Die Programmbereiche Sprachen bieten Ihnen einen umfangreichen Beratungsservice an, damit Sie die richtige Kurswahl treffen können. Im Gespräch klären wir, welcher Kurs Ihren Kenntnissen, Interessen und Lernzielvorstellungen am besten entspricht. Besonders wichtig ist die verbindliche Einstiegsberatung in Anfängerkursen, denn gerade bei den Anfängern sind die Bedürfnisse, Vorerfahrungen und Erwartungen sehr unterschiedlich. Bitte sprechen Sie uns an und nutzen Sie unser Beratungsangebot, damit Sie Ihren Sprachkurs finden.
Bitte beachten Sie die allgemeinen Hinweise zum Sprachenlernen an der Volkshochschule.

Elementare Sprachverwendung (A1/A2)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Niveaustufe A1.1

Wenn Sie keine Vorkenntnisse in Spanisch haben und nach Spanien oder Lateinamerika fahren möchten, oder in Dortmund Kontakt mit der Sprache und Kultur dieser Länder wünschen, sind die Kurse der Niveaustufe A1.1 für Sie geeignet.
Sobald Sie über geringe Vorkenntnisse verfügen, lassen Sie sich bitte beraten.
Lehrbuch: Caminos, neu, A 1,
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag,
Bestell-Nr. 978-3-12-514954-0.
Sie behandeln folgende Themen: Erstes Kennenlernen, Begegnungen, Familie, Einkaufen und Wohnen.

Veranstaltung 151-38002
Keren Gabriela Andena Castañeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Veranstaltung 151-38004
Keren Gabriela Andena Castañeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-38006
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-38008
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-38010
Julia Castro Aravena
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-38022D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 21.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Veranstaltung 151-38024D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Veranstaltung 151-38025D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 17.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Samstagsclub Spanisch

Intensives Lernen in einer kleinen Gruppe am Wochenende: Samstagsclubs wenden sich an Teilnehmende, die in kompakter Form kurzfristig Sprachkenntnisse erwerben wollen. Samstagsclubs finden jeweils samstags in der Zeit von 09.30 bis 12.45 Uhr statt. Die Gruppengröße beträgt 5 bis maximal 9 Teilnehmer.

Lehrbuch: Caminos, neu, A 1,
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag,
Bestell-Nr. 978-3-12-514954-0.
Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. (A1.1- Niveau).

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38012
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 24.01.15
9.30-12.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38020
Marina Valero-Burgos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Samstag, ab 18.04.15
9.30-12.45 Uhr, 12 UStd.
48,00 Euro

Lehrbuch: Caminos neu, A2,
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag,
Bestell-Nr. 978-3-12-514956-4
Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. (A2.1 - Niveau).

Kleingruppe
ab Lektion 1
Veranstaltung 151-38440
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15, 9.30-12.45 Uhr
Samstag, 07.02.15, 9.30-12.45 Uhr
Samstag, 21.02.15, 9.30-12.45 Uhr
Samstag, 28.02.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Sie behandeln folgende Themen:
Begegnungen, Familie, Einkaufen und Wohnen.

Kleingruppe/ab Lektion 3
Veranstaltung 151-38442
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-12.45 Uhr
Samstag, 25.04.15, 9.30-12.45 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-12.45 Uhr
Samstag, 30.05.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd, 64,00 Euro

Vivan las vacaciones!

Dieser Kurs richtet sich an Reisende ohne Vorkenntnisse, die sich kurz vor Beginn einer Reise die wichtigsten sprachlichen Grundlagen aneignen möchten. Der Kurs trainiert in kurzen Unterrichtseinheiten alle wichtigen Redemittel, die im Urlaub benötigt werden (z.B. Begrüßung / Verabschiedung, im Land unterwegs, Hotel, Restaurant, Apotheke, Einkauf etc.)
Lehrbuch: Buen viaje!, Spanisch für die Reise, Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-020249-2

Veranstaltung 151-38026D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
9.00-10.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Spanisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Intensivwoche

Sie haben keine Vorkenntnisse und nicht viel Zeit, möchten aber gerne Spanisch lernen? In diesem Intensivkurs mit hohem Lerntempo haben Sie die Möglichkeit, innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) Grundkenntnisse der spanischen Sprache zu erwerben. Über die ersten sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert. Gewinnen Sie Einblicke in Land, Leute und Kultur!
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Caminos neu, Band 1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514954-0.
Dieser Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AbWG). Für die Teilnahme an dem Lehrgang kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-38050D
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 12.01.-16.01.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-38052D
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Wenn Sie schon einmal Spanisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen (Termine siehe oben). In den Kursen der Niveaustufe A1.2 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Caminos, neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514954-0. Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben. Wenn Sie das Lehrbuch frühzeitig erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten. In den höheren Kursen der Grundstufe behandeln Sie die Themen: Tagesablauf, Freizeit, Arbeit und Alltag, im Restaurant, Wünsche äußern, Auskünfte erteilen.

ab Lektion 6/7
Veranstaltung 151-38220
Marina Valero-Burgos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 5
Veranstaltung 151-38222
Keren Gabriela Andena Castañeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-38224
Luis Martinez González
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-38226
Antonio Gutierrez Abril
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-38228
Denise Millares Caballero
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Wenn Sie schon einmal Spanisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen (Termine siehe oben). In den Kursen der Grundstufe 2 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Caminos, neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514954-0. Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben. Wenn Sie das Lehrbuch frühzeitig erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten. In den höheren Kursen der Grundstufe behandeln Sie die Themen: Tagesablauf, Freizeit, Arbeit und Alltag, im Restaurant, Wünsche äußern, Auskünfte erteilen.

ab Lektion 5
Veranstaltung 151-38229
Keren Gabriela Andena Castañeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
114,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 5/6
Veranstaltung 151-38230
Noemi Perez
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 2
Veranstaltung 151-38231
Luis Martinez González
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
114,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-38232
Antonio Gutierrez Abril
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-38234
Noemi Perez
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-38236
Virginia Zepeda Villagra
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
16.00-17.30 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-38238
Virginia Zepeda Villagra
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Spanisch für Anfänger/Innen mit geringen Vorkenntnissen A1.2 Niveau

Intensivwoche

Geringe Vorkenntnisse in Spanisch (ca. 1 Jahr) bringen Sie mit, jedoch nicht viel Zeit? In diesem Intensivlehrgang mit hohem Lerntempo haben Sie die Möglichkeit, innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache zu erweitern. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert. Gewinnen Sie Einblicke in Land, Leute und Kultur!
Dieser Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an der Intensivwoche kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-38240D
Gabriela Bittig Evadista
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
Mo-Do, 30.03.-02.04.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-38242D
Maria Mesa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Wenn Sie schon einmal Spanisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen (Termine siehe oben). In den Kursen der Niveaustufe A1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Caminos, neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-21-514954-0. Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben. Wenn Sie das Lehrbuch frühzeitig erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten. In den Kursen der Niveaustufe A1.3 behandeln Sie die Themen: Tagesablauf, Freizeit, Arbeit und Alltag, im Restaurant, Wünsche äußern, Auskünfte erteilen.

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-38300
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 5
Veranstaltung 151-38306
Gabriela Bittig Evadista
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
114,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

ab Lektion 7
Veranstaltung 151-38308
Antonio Gutierrez Abril
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe
ab Lektion 8
Veranstaltung 151-38310
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38312
Marina Valero-Burgos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38314
Maria Mesa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform "Moodle" zu lernen.

Kleingruppe/ab Lektion 7
Veranstaltung 151-38316
Julia Castro Aravena
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Al mercado

Was ist schöner, als auf einem spanischen Markt zwischen Obst, Gemüse, Farben und Lebensfreude zu bummeln? Klar: am Leben teilzunehmen statt nur Photos zu machen! An diesem Samstag werden wir aktiv shoppen gehen und lebendige Floskeln, Redewendungen und eine Prise Grammatik nach Hause bringen. Und gar nicht so nebenbei: können Sie auf Spanisch rechnen? (A1.3 Niveau)

Veranstaltung 151-38350D
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 17.04.15, 14.30-17.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Sie suchen einen Raum für betriebliche Veranstaltungen?

Die VHS bietet modern ausgestattete Seminar- und EDV-Räume für 10 bis 99 Personen. Diese können Sie mieten.

Moderne Medien wie E-Board, Beamer etc., können gegen Aufpreis ebenfalls genutzt werden.

Lernkrimi-Sprachkurs: Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Gehen Sie mit Kommissar José García auf Verbrecherjagd und lernen Sie Spanisch!
In diesem Kurs für Anfänger/innnen mit Vorkenntnissen auf A1.2-Niveau erweitern Sie mit Hilfe eines Lernkrimis Ihre Grundkenntnisse Spanisch
Folgen Sie Kommissar García durch 10 Lektionen. Sie werden erstaunt sein, wie schnell Sie Lernforschritte in Ihrem Spanisch machen! Zum Schluss können Sie nicht nur im Spanischen Erfolge vorweisen, sondern haben auch einen Kriminalfall gelöst. Kommissar García erleichtert das Sprachenlernen durch nützliche Hinweise, anwenderfreundliche Grammatik und spannende Übungen zum Hören, Nachsprechen, Lesen und Schreiben.
Lehrbuch:
Lernkrimi-Sprachkurs
Spanisch für Anfänger
A1/A1 mit 2 Audio Cds
ISBN: 978-3-8174-7843-9

Veranstaltung 151-38352D
Virginia Zepeda Villagra
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Paseo por Havana

Unternehmen Sie mit unserer kubanischen Dozentin Yulaxi Guanche Sotolongo einen Spaziergang durch Havana.
Vorkenntnisse auf A2-Niveau sind erwünscht.

Veranstaltung 151-38354D
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 14.30-17.45 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

Auffrischkurs

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht die Wiederholung wichtiger Redesituationen: persönliche Begegnungen, Freizeit, im Restaurant, im Hotel.
Darüber hinaus werden im Schnelldurchgang Grammatikkapitel wiederholt: Konjugation der regelmäßigen Verben, Demonstrativpronomen, reflexive Verben, Possessivpronomen, Relativsätze, Gerundium.

Con gusto A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514 99908

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-38400
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Elementare Sprachverwendung (A2)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen" für Sprachen beschrieben.

Niveaustufen A2

Wenn Sie schon einmal Spanisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen. Der ungefähre Lektionsstand Ihres Kurses ist angegeben. Wenn Sie das Lehrbuch frühzeitig erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten.

Niveaustufe A2.1

In den Kursen der Niveaustufen A2.1-A2.3 lernen Sie u.a. Feste vorzubereiten und Geschenke einzukaufen, Einladungen auszusprechen und Probleme zu schildern. Sie üben einen Besuch beim Arzt, Sie können Ihren Arbeitsalltag beschreiben und eine Bewerbung schreiben. Sie vertiefen auch wichtige Grammatikpunkte, wie das Konditional, die Objektpronomen, den Imperativ, das Futur.
Lehrbuch: Caminos neu, A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514956-4

Kleingruppe7ab Lektion 3
Veranstaltung 151-38402
Ivo Najera Nuñez
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-38404
Gabriela Bittig Evadista
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 4
Veranstaltung 151-38406
Ivo Najera Nuñez
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform "Moodle" zu lernen.

Kleingruppe/ab Lektion 2
Veranstaltung 151-38408
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
16.00-17.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 5
Veranstaltung 151-38420
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.2

In den Kursen der Niveaustufen A2.1-A2.3 lernen Sie u.a. Feste vorzubereiten und Geschenke einzukaufen, Einladungen auszusprechen und Probleme zu schildern. Sie üben einen Besuch beim Arzt, Sie können Ihren Arbeitsalltag beschreiben und eine Bewerbung schreiben. Sie vertiefen auch wichtige Grammatikpunkte, wie das Konditional, die Objektpronomen, den Imperativ, das Futur.

Kleingruppe/ab Lektion 6
Veranstaltung 151-38422
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

ab Lektion 7
Veranstaltung 151-38424
Keren Gabriela Andena Castañeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-38430
Ivo Najera Nuñez
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform "Moodle" zu lernen.

Auffrischkurs Senioren

Dieser Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie vor längerer Zeit schon einmal Spanisch gelernt haben (ca. 1 Jahr) und ihre Kenntnisse wieder auffrischen wollen. Lehrbuch: Caminos neu, A 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514956-4.

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38432
Bibiana Wiener
Eving
Städt. Begegnungszentrum Eving
Deutsche Str. 27
18 x Dienstag, ab 27.01.15
11.15-12.45 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-38434
Ivo Najera Nuñez
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform "Moodle" zu lernen.

Projekt Lateinamerika

Unternehmen Sie an 4 Samstagen eine Reise durch Lateinamerika und gewinnen Sie Einblicke in Land, Leute und Kultur! Ein Dozententeam aus Chile, Kuba, Mexiko und Ecuador wird Sie dabei unterstützen. Frischen Sie mit Muttersprachlern aus 4 verschiedenen spanischsprachigen Ländern Ihre Spanischkenntnisse wieder auf. Sie lernen Interessantes über die vier Länder und lernen 4 Varianten der spanischen Sprache kennen. Diese Seminare richten sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen auf A2-Niveau. Alle Termine können einzeln gebucht werden.

Ecuador

Veranstaltung 151-38450D
Noemi Perez
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Chile

Veranstaltung 151-38452D
Julia Castro Aravena
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Mexico

Veranstaltung 151-38454D
Virginia Zepeda Villagra
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Kuba

Veranstaltung 151-38456D
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof,
Samstag, 13.06.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Spanisch für Anfänger/Innen mit guten Vorkenntnissen

Intensivwoche

Sie haben gute Vorkenntnisse in Spanisch (ca. 3 Jahre), jedoch nicht viel Zeit? In diesem Intensivlehrgang mit hohem Lerntempo haben Sie die Möglichkeit, innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache zu erweitern. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert. Gewinnen Sie Einblicke in Land, Leute und Kultur!
Dieser Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an der Intensivwoche kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-38462D
Julia Castro Aravena
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Flatrate-Ticket

Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Französisch, Italienisch, Spanisch

Weitere Informationen: Seite 9

Lateinamerika-Woche
Intensivwoche

Unternehmen Sie eine Reise durch Lateinamerika und gewinnen Sie Einblicke in Land, Leute und Kultur!
Ein Dozententeam aus Chile, Kuba, Mexiko und Ecuador wird Sie dabei unterstützen.
Frischen Sie an fünf Tagen mit Muttersprachlern aus 4 verschiedenen spanischsprachigen Ländern Ihre Spanischkenntnisse wieder auf.
Sie lernen Interessantes über die fünf Länder und lernen 4 Varianten der spanischen Sprache kennen.
Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen auf A2-Niveau.
Diese Intensivwoche entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen werden Ihnen automatisch zugeschickt, nachdem Sie sich angemeldet haben.

Veranstaltung 151-38464D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Español con musica
Sie haben gute Spanischkenntnisse und möchten Ihre Grammatik mit Spaß wiederholen und spanische Lieder singen?
In dieser Veranstaltung schulen Sie Ihr Hörverständnis mit Hilfe spanischer Liedertexte.

Veranstaltung 151-38490D
Marina Valero-Burgos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 23.05.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

El cuento de Ferdinando
Das Kinderbuch "El cuento de Ferdinando" von Munro Leaf bildet die Grundlage für diesen Kurs auf A2 -Niveau, in dem die Zeiten imperfect, indefinido und gerundium wiederholt werden.

Veranstaltung 151-38492D
Yulaxi Guanche Sotolongo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 29.05.15, 14.30-17.45 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Sie suchen einen Raum für betriebliche Veranstaltungen?

Die VHS bietet modern ausgestattete Seminar- und EDV-Räume für 10 bis 99 Personen. Diese können Sie mieten.

Moderne Medien wie E-Board, Beamer etc., können gegen Aufpreis ebenfalls genutzt werden.

Flatrate-Ticket Spanisch Französisch Italienisch
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen in Französisch, Spanisch und Italienisch

Nach dem Erfolg der Sprachen-Flatrate im Herbst 2014 wird dieses Angebot im Januar 2015 fortgesetzt.
Da immer mehr Teilnehmende in Sprachkursen den Wunsch nach flexiblerer Kursteilnahme äußern, wird die VHS für ausgewählte Kurse in den Sprachen Französisch, Spanisch und Italienisch ein Flatrate-Ticket anbieten.

Mit diesem Ticket lernen Sie, wann, wo und wie oft Sie wollen.
Alles ist möglich:
- immer in der gleichen Gruppe oder jedes Mal in einem anderen Kurs
- Start zu Beginn des Semesters oder später, Sie haben die Wahl!
- Auswahl aus 45 Kursen

Wie funktioniert die Flatrate? Sie erwerben ein Sprachen-Flatrate-Ticket zum Preis von 199,00 Euro und können damit alle Kurse spontan und ohne Anmeldung besuchen, die dieses Erkennungszeichen tragen:

Bringen Sie das Ticket zu Ihrem Kursbesuch mit und genießen Sie Ihre Flexibilität! Veranstaltung 151-36000

Selbstständige Sprachverwendung (B1/B2)
Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen" für Sprachen beschrieben.

Niveaustufe B1.1
Für alle, die bereits längere Zeit Spanisch gelernt haben, eignen sich die Kurse der Niveaustufen B1.1 - B1.3
Auch hier sollten Sie sich in jedem Fall beraten lassen, um gemeinsam mit einer Dozentin den für Sie richtigen Kurs zu finden (s. Beratungstermine).
In den Kursen der Niveaustufe B1.1 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Caminos B1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-514958-8
Der ungefähre Lektionsstand zu Beginn Ihres Kurses ist angegeben.
Wenn Sie die Möglichkeit haben, das Lehrbuch frühzeitig zu erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten.
Sie behandeln die Themen: Reisen, Landeskunde, Speisen und Getränke, Vorurteile, Freizeitverhalten, Arbeitsleben, Frauen, Stierkampf.

Darüber hinaus lesen und diskutieren Sie vielleicht schon Zeitungsartikel und kürzere Texte spanischer Autorinnen und Autoren.

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-38610
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-38612
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38630
Gabriela Bittig Evadista
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
16 x Montag, ab 26.01.15
16.00-17.30 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

Paseando por Latinoamérica
En estos encuentros daremos un paseo por diversos países y temas del continente, usando distintos materiales y en un clima agradable para practicar el idioma.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38632
Bibiana Wiener
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38634
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38636
Antonio Gutierrez Abril
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

ab Lektion 12
Veranstaltung 151-38638
Luis Martinez González
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Kompetente Sprachverwendung (C1/C2)

Dieses Sprachniveau (Konversationskurse) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen" für Sprachen beschrieben.

Conversación y gramática

Mit einer gelungenen Kombination aus Theorie und Praxis können Sie in diesem Kurs Ihre Spanischkenntnisse vertiefen, gegebenenfalls korrigieren und direkt anwenden. An Hand bereitgestellter Texte diskutieren Sie aktuelle Themen und wiederholen schwierige Kapitel der spanischen Grammatik.

Veranstaltung 151-38800
Antonio Gutierrez Abril
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Conversación, lectura y actualidad

Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks Caminos (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie in diesem Kurs. In erster Linie arbeiten Sie darauf hin, dass Sie immer freier sprechen können und wiederholen zudem wichtige Bereiche der Grammatik.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38802
Julia Castro Aravena
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
16 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

Conversacion y textos

Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks Caminos (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie in diesem Kurs. In erster Linie arbeiten Sie darauf hin, dass Sie immer freier sprechen können und wiederholen zudem wichtige Bereiche der Grammatik.
Es wird ohne Buch gearbeitet.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38803
Miriam Heredia García
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Einführung in die Konversation

Einführung in die Konversation
Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks Caminos (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie in diesem Kurs. In erster Linie arbeiten Sie darauf hin, dass Sie immer freier sprechen können und wiederholen zudem wichtige Bereiche der Grammatik.
Es wird ohne Buch gearbeitet.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38804
Julia Castro Aravena
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
18 x Montag, ab 26.01.15
10.35-12.05 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38806
Julia Castro Aravena
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38808
Julia Castro Aravena
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Veranstaltung 151-38812
Antonio Gutierrez Abril
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

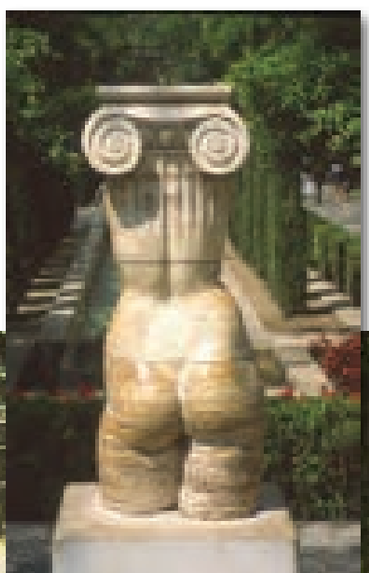
Kleingruppe
Veranstaltung 151-38816
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Freitag, ab 30.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Veranstaltung 151-38818
Gabriela Bittig Evadista
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Freitag, ab 30.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Flatrate-Ticket
Die Sprachen-Flatrate für flexibles Sprachen-Lernen für Französisch, Italienisch, Spanisch

Weitere Informationen: Seite 9



Nordeuropäische Sprachen

Fachgruppenleitung und Sachbearbeitung:
Sylvia Strauch
(0231) 50-2 56 26
sstrauch@stadtdo.de

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)
Dieses Sprachniveau (Niveaustufen A1.1 - A1.3) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Dänisch

Niveaustufe A1.1

Dieser Kurs richtet sich an alle, die keinerlei Vorkenntnisse in Dänisch haben.
Lehrbuch mit 2 Audio-CD's:
Dansk for dig, Klett-Verlag
ISBN 978-3-12-528930-7.

Veranstaltung 151-39100D
Volker Mrogenda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Dänisch am Samstag

Dieser Kurs richtet sich an alle, die keinerlei Vorkenntnisse in Dänisch haben und beabsichtigen, ihren nächsten Urlaub in Dänemark zu verbringen. Es werden Grundkenntnisse zur sprachlichen Bewältigung typischer Situationen in Dänemark (im Hotel, im Restaurant, an der Tankstelle, beim Einkaufen) vermittelt.

Veranstaltung 151-39105D
Volker Mrogenda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Samstag, ab 18.04.15
10.00-13.30 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch:
Vi snakkes ved! - Der Dänischkurs, Hueber-Verlag, Kursbuch Bestell-Nr. ISBN 978-3-19-005379-7 und Arbeitsbuch: ISBN 978-3-19-025379-1 und behandeln folgende Themen: Tagesablauf, Essen und Einkaufen, Wochenpläne und Freizeitaktivitäten.

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-39110D
Volker Mrogenda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch:
Vi snakkes ved! - Der Dänischkurs, Hueber-Verlag, Kursbuch Bestell-Nr. ISBN 978-3-19-005379-7 und Arbeitsbuch: ISBN 978-3-19-025379-1 und behandeln folgende Themen: Berufswelt, Familie und Erinnerungen, Wegbeschreibungen.

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-39120D
Volker Mrogenda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Einführung in die Konversation

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen geeignet, die die Bücher Dänisch und Turen gar til Danmark oder vergleichbare Lehrwerke bereits durchgearbeitet haben. Ziel dieser Kurse ist in erster Linie, die gesprochene Sprache zu trainieren. Der Kurs ist für Teilnehmer geeignet, die noch Schwierigkeiten haben, frei Dänisch zu sprechen. Wichtige Bereiche der Grammatik werden wiederholt.
Das Unterrichtsmaterial wird am 1. Kursabend bekannt gegeben.

Veranstaltung 151-39190D
Anne-Christine Schröder
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
15 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 30 UStd.
112,00 Euro

Veranstaltung 151-39192
Volker Mrogenda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Finnisch

Niveaustufe A1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch „Yksi, kaksi, kolme - Teil 1 „ und lernen sich in Alltagssituationen zu verständigen und die Grundlagen der Grammatik.

ab Lektion 8
Veranstaltung 151-39230D
Aira Kaun
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
14 x Dienstag, ab 27.01.15
17.30-19.00 Uhr, 28 UStd., 112,00 Euro

Niederländisch

Grundstufe A1.1

Diese Kurse richten sich an alle, die keine Vorkenntnisse in Niederländisch haben.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom, Lehrbuch und Arbeitsbuch.

Veranstaltung 151-39300
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
17 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd., 102,00 Euro

Niederländisch für Schnelllernende

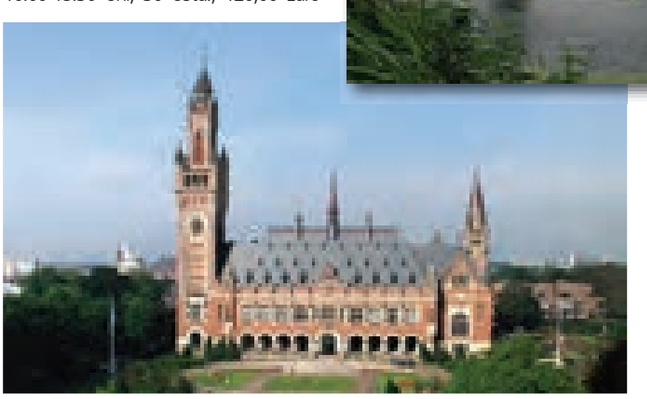
In diesem Intensivsprachkurs vermitteln wir Ihnen an 5 Samstagen Grundkenntnisse der niederländischen Sprache inklusive der 1. Vergangenheitsform. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die lerngewohnt und bereit sind, neben der Unterrichtszeit selbständig weiterzulernen.

Veranstaltung 151-39301D
Silvia Wrede
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Samstag, ab 18.04.15
10.00-15.30 Uhr, 30 UStd., 120,00 Euro

Niederländisch für die Reise – für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Wenn Sie gerne unser Nachbarland im Westen besuchen und die ersten sprachlichen Schritte auf die Niederländer zugehen wollen, sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Sie lernen Begrüßungen und Verabschiedungen, Danke/Bitte, die Zahlen, Bestellen im Restaurant, die Uhrzeit... Gerne können Sie auch Ihre Fragen rund um Land und Leute stellen.

Die Dozentin bringt das Material mit.
Veranstaltung 151-39303D
Kirsten Wahle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 27.06.15, 11.00-16.00 Uhr
6 UStd., 24,00 Euro



Niederländisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Intensivwoche

In diesem Intensivlehrgang haben Sie die Möglichkeit innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) die ersten Grundkenntnisse der niederländischen Sprache zu erwerben.
Über die ersten sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur zu vermitteln. Es werden keine Vorkenntnisse der niederländischen Sprache vorausgesetzt.
Dieser Lehrgang entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Lehrgang kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-39306D
Johan Dijkgraaf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 12.-16.01.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-39305D
Silvia Wrede
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.-26.06.15, 9.30-16.00 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niederländisches Wochenende

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Diese Wochenenden richten sich an Teilnehmer/innen, die es privat, beruflich oder zum Studieren in die Niederlande zieht, die aber keine Vorkenntnisse in der Landessprache haben. Das Seminar vermittelt Grundkenntnisse zur sprachlichen Bewältigung typischer Situationen im Gastland und informiert darüber hinaus über landeskundliche Besonderheiten.

Veranstaltung 151-39307D
Silvia Wrede
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.02.15, 18.00-21.30 Uhr
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Niederländisches Wochenende

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Diese Wochenenden richten sich an Teilnehmer/innen, die es privat, beruflich oder zum Studieren in die Niederlande zieht, die aber keine Vorkenntnisse in der Landessprache haben. Das Seminar vermittelt Grundkenntnisse zur sprachlichen Bewältigung typischer Situationen im Gastland und informiert darüber hinaus über landeskundliche Besonderheiten.

Veranstaltung 151-39308D
Johan Dijkgraaf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Veranstaltung 151-39309D
Johan Dijkgraaf
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 12.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 13.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 14.05.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom, Lehrbuch und Arbeitsbuch und behandeln folgende Themen: Beschreibungen und Auskünfte, Tagesablauf und Gewohnheiten.

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-39310
Lente Küpper-van Leeuwen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-39311
Johan Dijkgraaf
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-39312
Jutta Stremmel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom, Lehrbuch und Arbeitsbuch und behandeln folgende Themen: über Freizeitbeschäftigungen reden, Meinungsäußerungen, Ausbildung und Arbeit.

ab Lektion 6/7
Veranstaltung 151-39320D
Johan Dijkgraaf
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

ab Lektion 8
Veranstaltung 151-39322D
Jutta Stremmel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom, Lehrbuch und Arbeitsbuch und behandeln folgende Themen: Gefühle ausdrücken, niederländische Künste und Künstler, Medien, Umgangssprache, Behördengänge.

ab Lektion 13
Veranstaltung 151-39330
Lente Küpper-van Leeuwen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 13/14
Veranstaltung 151-39332
Johan Dijkgraaf
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom, Lehrbuch und Arbeitsbuch und behandeln folgende Themen: etwas auf einem Amt erledigen, Diskussionen führen, ein Kunstwerk/Gebäude beschreiben, eine Geschichte erzählen.

ab Lektion 15
Veranstaltung 151-39340D
Johan Dijkgraaf
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.1

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom Terug! und behandeln folgende Themen: verhuizen, Brugge en Vlaamse films, gedichten.

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-39352D
Kirsten Wahle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom Terug! und behandeln folgende Themen: studie en school, inrichting, bankrekening, klachten.

ab Lektion 5
Veranstaltung 151-39360D
Kirsten Wahle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.30-19.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Welkom Terug! und behandeln folgende Themen: Europa, de taalstrijd in Belgie, omgaan met geweld.

ab Lektion 8
Veranstaltung 151-39370D
Kirsten Wahle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B2.1

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch „Nederlands op niveau" von Klett und es geht um die Themen loesje, onderwijsnieuws, roddelpers, literatuur.

ab Lektion 2
Veranstaltung 151-39380D
Kirsten Wahle
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Konversationskurs

Ziel dieses Kurses ist in erster Linie, die gesprochene Sprache zu trainieren. Der Kurs ist für Teilnehmer/innen geeignet, die noch Schwierigkeiten haben, frei Niederländisch zu sprechen. Wichtige Bereiche der Grammatik werden wiederholt. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben

Veranstaltung 151-39390
Johan Dijkgraaf
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Montag, ab 26.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Norwegisch

Norwegisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Intensivwoche

In diesem Intensivkurs haben Sie die Möglichkeit, innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) Grundkenntnisse der norwegischen Sprache zu erwerben. Über die ersten sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Kurs integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur zu vermitteln. Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beim Arbeitgeber (spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn) beantragt werden.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-39403D
Monika Ullherr-Lang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 22.06.15, 8.45-14.15 Uhr
Dienstag, 23.06.15, 8.15-13.30 Uhr
Mittwoch, 24.06.15, 8.15-13.30 Uhr
Donnerstag, 25.06.15, 8.45-14.15 Uhr
Freitag, 26.06.15, 8.45-14.15 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Intensivwochenende für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs bietet Ihnen einen Einstieg in die norwegische Sprache und das nötige sprachliche Handwerkszeug, um wichtige Situationen meistern zu können: Sich begrüßen und nach Wohnort, Alter, Uhrzeit fragen, um Hilfe bitten, nach dem Weg fragen, einkaufen etc. Land, Leute, Gewohnheiten und speziell Norwegisches, z.B. Essen werden wir dabei mit einbeziehen, sowie Tipps zum Lernen der Sprache. Velkommen!
Das Lehrmaterial ist im Kursentgelt inbegriffen.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-39404D
Monika Ullherr-Lang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.15-21.30 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Ein Kurs für Norwegenfans, die ihre ersten Grundkenntnisse erweitern und vertiefen wollen. In angenehmer Kursatmosphäre trainieren wir alltagsbezogene Dialoge und Situationen anhand der Themen Einkauf, Aussehen und Lage beschreiben, Jahreszeiten, über Vergangenes berichten und danach fragen, Post- und Bankangelegenheiten regeln, Umzug nach Norwegen, Wegbeschreibungen - und erfahren mehr über die norwegische Lebensart. Wir freuen uns auf weitere Norwegen-Fans - hjertelig velkommen!
Lehrwerk: Norsk for deg, Norwegisch für Anfänger, Lehrbuch + 2 Audio-CD's, Klettverlag, ISBN 978-3-12-528921-5.

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

ab Lektion 7
Veranstaltung 151-39410
Monika Ullherr-Lang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
38UStd., 108,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie zusätzlich zu den Präsenzzeiten die Möglichkeit, auf der Lernplattform Moodle zu lernen.

Niveaustufe A2.1

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Ny i Norge, Fag og Kulturverlag, Oslo 2004 und behandeln folgende Themen: über Freizeitbeschäftigungen und Hobbys sprechen, Berufe, Wohnsituation beschreiben.

ab Lektion 9
Veranstaltung 151-39420D
Beate Tilley
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Ny i Norge, Fag og Kulturverlag, Oslo 2004 und behandeln folgende Themen: Tagesablauf, Hobbys und Sport.

ab Lektion 8
Veranstaltung 151-39430D
Beate Tilley
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Sie haben bereits Vorkenntnisse (4-5 Semester) und möchten diese mit anderen Norwegen-Begeisterten erweitern? Wir arbeiten mit dem Lehrwerk, Ny i Norge (Fag og Kulturverlag, Oslo 2004), trainieren mündlicher Kommunikation, Hörverstehen und schreiben kurze Texte.
Die Themen sind: Personen beschreiben, Gesundheit und Arztbesuch, Freizeitaktivitäten planen und darüber berichten, Ausbildung/Beruf, Feste, Feiertage. Norwegen-Spezifisches kommt dabei nicht zu kurz. Quereinsteigende sind herzlich willkommen!

ab Lektion 18
Veranstaltung 151-39440D
Monika Ullherr-Lang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrwerk Stein på Stein.

ab Lektion 12
Veranstaltung 151-39480D
Beate Tilley
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie zusätzlich zu den Präsenzzeiten die Möglichkeit, auf der Lernplattform Moodle zu lernen.

Schwedisch

Niveaustufe A1.1

Diese Kurse richten sich an alle, die keine Vorkenntnisse in Schwedisch haben. Sie arbeiten mit dem Buch Tala Svenska A1, Groa Verlag.

Veranstaltung 151-39500
Christina Tibblin-Steube
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Sie arbeiten mit dem Buch Tala Svenska, Groa Verlag und behandeln folgende Themen: eine schwedische Stadt, Geschäfte und Institutionen, ein Ausflug und Tagesablauf.

ab Lektion 3/4
Veranstaltung 151-39510
Philipp Windmüller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Sie arbeiten mit dem Buch Tala Svenska, Groa Verlag und behandeln folgende Themen: Urlaubsplanung, Kalender, Datum und Jahreszahlen, Verabredungen treffen.

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-39512
Doris Meyer
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Sie arbeiten mit dem Buch Tala Svenska A1, Groa Verlag und behandeln folgende Themen: im Supermarkt und Restaurant, Urlaubsplanung, Geburtstag und Feiertage.

ab Lektion 8
Veranstaltung 151-39514D
Eckart Maronde
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-39520
Philipp Windmüller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Sie arbeiten mit dem Buch Tala Svenska A2+, Groa Verlag und behandeln folgende Themen: Sport und Freizeitaktivitäten, Kleidung einkaufen.

ab Lektion 7
Veranstaltung 151-39530D
Christina Tibblin-Steube
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

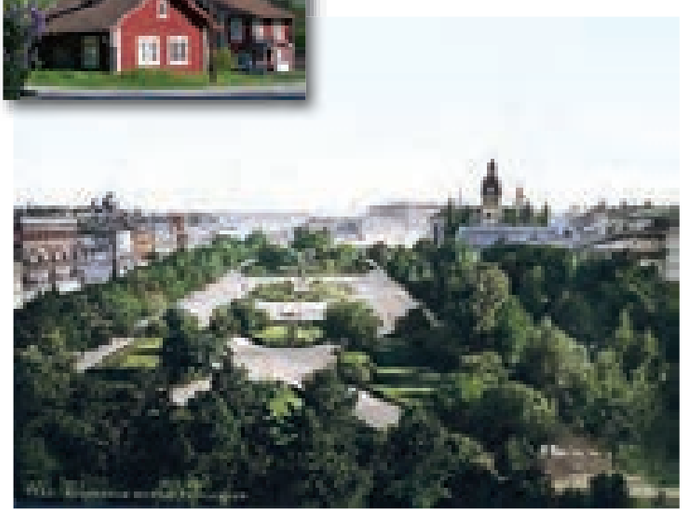
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Tala Svenska B1, Groa Verlag.

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-39570
Christina Tibblin-Steube
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Konversation

„Har du lust att prata svenska? Vill du diskutera nyheter och svenska samhällsproblem? Behöver du fräscha upp dina grammatikkunskaper lite grann? Vill du träffa trevliga människor och ha roligt med folk som också älskar Sverige? Då är du hjärtligt välkommen till vår svenskkurs.

Veranstaltung 151-39590
Doris Meyer
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro



Griechisch, Türkisch

Programmbereichsleitung:
Rainer Bommert (li.)
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)
Dieses Sprachniveau (Grund- und Mittelstufen) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Griechisch

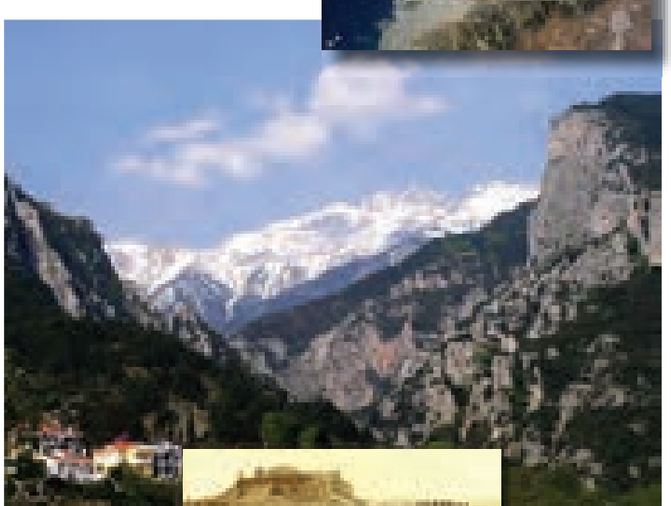
Sie lernen die Sprache des täglichen Lebens, mit Themen und Situationen des Urlaubs, werden mit der Grundgrammatik vertraut und erhalten viele interessante landeskundliche Informationen. Zu Beginn Einführung in die griechische Schrift.

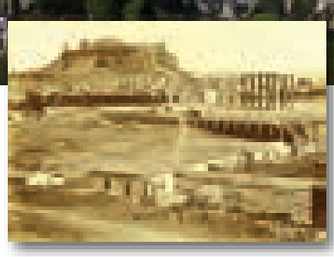
Niveaustufe A1.1

Lehrbuch: Epikoinoniste Ellinika Bd. 1
Veranstaltung 151-40001D
Charilaos Nestoropoulos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: Epikoinoniste Ellinika Bd. 1
Veranstaltung 151-40003D
Charilaos Nestoropoulos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro





Niveaustufe A1.3

Lehrbuch: Epikoinoniste Ellinika Bd. 1
Veranstaltung 151-40005D
Charilaos Nestoropoulos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.1

Lehrbuch Epikoinoniste Ellinika Bd. 2
Veranstaltung 151-40010D
Charilaos Nestoropoulos
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

Türkisch

Sie möchten in der Türkei Urlaub machen und die Menschen dort verstehen? Sie wollen mit der Familie Ihres türkischen Geschäftsfreundes plaudern? Sie müssen im Büro Telefonate aus der Türkei annehmen? Sie haben hier in Dortmund mit Männern, Frauen oder Kindern aus der Türkei zu tun und möchten deren Sprache und deren Mentalität verstehen? - Bei uns können Sie das alles lernen. Als Lehrbuch wird „Güle güle", Hueber-Verlag (Lehrbuch und Arbeitsbuch) eingesetzt.

Türkisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Intensivwoche

In diesen Intensivlehrgängen haben Sie die Möglichkeit innerhalb einer sehr kurzen Zeit (eine Woche!) die ersten Grundkenntnisse der türkischen Sprache zu erwerben.
Über die ersten sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur zu vermitteln. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Diese Lehrgänge entsprechen den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an den Lehrgängen kann Bildungsurlaub beantragt werden. Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugesandt.
Als Lehrbuch wird „Güle güle", Hueber-Verlag (Lehrbuch und Arbeitsbuch) eingesetzt. Es sollte am 1. Veranstaltungstag mitgebracht werden.

Veranstaltung 151-40101D
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 05.01.-09.01.15
9.30-15.30 Uhr, 30 UStd., 150,00 Euro

Veranstaltung 151-40103D
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Do, 30.03.-02.04.15
9.30-15.30 Uhr, 24 UStd., 120,00 Euro

Veranstaltung 151-40105D
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15
9.30-15.30 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro

Türkisch für Fortgeschrittene mit Vorkenntnissen

Intensivwoche

Dieser Kurs ist die Fortsetzung und Vertiefung des Türkisch-Intensivkurses von Oktober 2014 oder Januar 2015 Dieser Kurs ist auch geeignet für Teilnehmer, die schon 1-2 Türkisch-Kurse besucht haben. Zusätzlich zur Vertiefung der erworbenen Türkisch-Kenntnisse wird jeden Tag ein anderes Alltagsthema ausgewählt und mündlich bearbeitet.
Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugesandt.
Bildungsurlaub/Lehrbuch und Arbeitsbuch: Güle güle, Hueber Verlag
ab Lektion 5

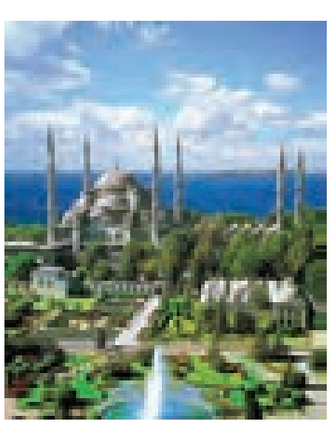
Veranstaltung 151-40107D
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 12.01.-16.01.15
9.30-15.30 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro

Bildungsurlaub/Lehrbuch und Arbeitsbuch: Güle güle, Hueber Verlag, ab Lektion 5

Veranstaltung 151-40109D
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Di-Fr, 07.04.-10.04.15
9.30-15.30 Uhr, 24 UStd.
120,00 Euro

Bildungsurlaub/Lehrbuch und Arbeitsbuch: Güle güle, Hueber Verlag, ab Lektion 5

Veranstaltung 151-40111D
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15
9.30-15.30 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro



Niveaustufe A1.1
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Güle güle
Hueber Verlag, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-40116
Mustafa Burc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-40118
Selahattin Yilmaz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-40120
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
16.00-17.30 Uhr, 36 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.2
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Güle güle,
Hueber Verlag, ab Lektion 4

Veranstaltung 151-40126
Mustafa Burc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A1.3
Lehrbuch wird „Güle güle" Hueber-Verlag (Lehrbuch und Arbeitsbuch)
ab Lektion 10

Kleingruppe
Veranstaltung 151-40130
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Veranstaltung 151-40132
Mustafa Burc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A2.1
Lehrbuch wird „Güle güle" Hueber-Verlag (Lehrbuch und Arbeitsbuch)
ab Lektion 12

Veranstaltung 151-40134
Mustafa Burc
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-40136
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufe A2.2
Lehrbuch und Arbeitsbuch:
„Güle güle", Hueber Verlag
ab Lektion 16

Veranstaltung 151-40140
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A2.3
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Türkce 2
Klett-Verlag, ab Lektion 1

Kleingruppe
Veranstaltung 151-40144
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.1
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Türkce 2
Klett-Verlag, ab Lektion 2

Kleingruppe
Veranstaltung 151-40148
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.4
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Türkce 2
Klett-Verlag, ab Lektion 9

Kleingruppe
Veranstaltung 151-40152
Emine Cakmak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Portugiesisch

Weiterbildungsmanagement:
Britta Bollermann (li.)
(0231) 50-2 24 38
bbollermann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Tanja Rogowski
(0231) 50-2 48 91
trogowski@stadtdo.de

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)
Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Portugiesisch

Niveaustufen A1.1-A1.3

Wenn Sie keine oder nur geringe Vorkenntnisse in Portugiesisch haben und nach Portugal oder Brasilien reisen möchten, sind die Kurse der Niveaustufen A1.1- A1.3 für Sie geeignet.
Sie lernen die brasilianische Variante des Portugiesischen, die sich von der europäischen Variante unterscheidet, aber in allen Portugiesisch sprechenden Ländern verstanden wird. Auf Unterschiede wird aufmerksam gemacht.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch:
Novo Avenida Brasil 1 - Curso Básico de Português para Estrangeiros 1 (Lehrbuch, Arbeitsbuch, CD) ISBN 978-85-12-54520-2und Glossar ISBN 978-85-12-54530-1. Die Lektionsangaben zu Beginn der Kurse sind in den Kursbeschreibungen angegeben.

Niveaustufe A1.1

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-40200
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag
ab 20.01.15, 17.45-19.15 Uhr
38 UStd., 108,00 Euro

Kleingruppe/ab Lektion 2/3
Veranstaltung 151-40202
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag
ab 22.01.15, 19.30-21.00 Uhr
38 UStd., 144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Portugiesisch von Anfang an

Intensivwoche
Der zunehmende globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene macht es erforderlich, mehr als nur die eigene Muttersprache und Basisenglisch zu beherrschen. Portugiesisch zählt inzwischen zu den Weltsprachen und bietet sich hier geradezu an. Sollten Sie schon immer die Grundlagen der portugiesischen Sprache erlernen wollen, ist dieser Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in verschiedenen Situationen von Alltag, Urlaub und Beruf zurechtzufinden und erhalten Informationen über kulturelle Tabus und Höflichkeitsregeln.
Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-40202D
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.15
9.30-16.00 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Kleingruppe/ab Lektion 4/5
Veranstaltung 151-40204
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Férias no Brasil, Portugal?

Sie planen einen Urlaub in Brasilien oder in eines der Länder, in denen Portugiesisch gesprochen wird? Für einen mehrwöchigen Sprachkurs fehlt Ihnen aber die Zeit? Dann sollten Sie dieses Wochenende nutzen, um sich die Grundkenntnisse zur sprachlichen Verständigung im Gastland anzueignen. Sie erhalten einen intensiven Einstieg in die Alltagskommunikation und erfahren nebenbei von der brasilianischen Muttersprachlerin Lenir Schruba-Dias Wissenswertes über kulturelle Besonderheiten.
Für Personen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Veranstaltung 151-40206D
Lenir Schruba-Dias
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Lissabon, Oceanarium

Niveaustufen B1.1-B1.3

Diese Kurse sind für Personen mit sehr guten Vorkenntnissen geeignet. Es wird überwiegend gesprochen und mit Artikeln bzw. Reportagen aus dem Internet, Zeitungen und Büchern gearbeitet. Die Lektionsangaben zu Beginn der Kurse sind in den Kursbeschreibungen angegeben.

Niveaustufe B1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Novo Avenida Brasil 3, Curso Básico de Português para Estrangeiros, (Lehrbuch, Arbeitsbuch, CD) ISBN 978-85-12-54610-0 und Glossar ISBN 978-85-12-54620-4.

Kleingruppe/ab Lektion 5
Veranstaltung 151-40208
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Novo Avenida Brasil 3, Curso Básico de Português para Estrangeiros, (Lehrbuch, Arbeitsbuch, CD) ISBN 978-85-12-54610-0 und Glossar ISBN 978-85-12-54620-4.

Kleingruppe/ab Lektion 6
Veranstaltung 151-40210
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.2

Konversationskurs
Sie möchten Ihre Sprachpraxis verbessern, vertiefen oder anwenden können? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Im Vordergrund steht die Konversation, wobei aber auch die wichtigsten Kapitel der Grammatik wiederholt werden.
Sie arbeiten weiter mit dem Avenida Brasil 2, Curso Básico de Português para Estrangeiros,
Lehrbuch ISBN 978-85-12-54750-3
Arbeitsbuch ISBN 978-85-12-54752-7
und Glossar ISBN 978-85-12-54760-2
sowie mit Zeitungsartikeln.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-40212
Maria José Feldmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Osteuropäische Sprachen

Weiterbildungsmanagement:
Britta Bollermann (li.)
(0231) 50-2 24 38
bbollermann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Tanja Rogowski
(0231) 50-2 48 91
trogowski@stadtdo.de

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)
Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Bulgarisch

Niveaustufen A1

Niveaustufe A1.1

Bulgarisch kompakt am Wochenende für Einsteiger
Sie interessieren sich für die bulgarische Sprache und die kyrillische Schrift? Dann sind Sie in diesem Wochenendkurs richtig. Sie erlernen Grundkenntnisse in kompakter Form. Zusätzlich lernen Sie Redewendungen, die in typischen Situationen in Bulgarien nützlich und hilfreich sind. Unsere Dozentin Zhivka Zhivkova vermittelt einen Einblick in die kulturellen Besonderheiten des Landes und macht Sie sprachfähig!

Veranstaltung 151-41100D
Zhivka Zhivkova
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 48,00 Euro

Bulgarisch von Anfang an Intensivwoche A1
Der zunehmende globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene macht es erforderlich, mehr als nur die eigene Muttersprache und Basisenglisch zu beherrschen. Infolge von Zuwanderungen sind wir immer mehr auch mit der bulgarischen Sprache konfrontiert. Sollten Sie aus privaten oder beruflichen Bezügen die Grundlagen der bulgarischen Sprache erlernen wollen, ist dieser Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun.
Sie lernen, sich in verschiedenen Situationen von Alltag, Urlaub und Beruf zurechtzufinden und erhalten Informationen über kulturelle Tabus und Höflichkeitsregeln.
Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Bildungsurlaub/**Sommer-VHS**
Veranstaltung 151-41102D
Zhivka Zhivkova
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15
9.30-16.30 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro

Niveaustufe A2

Niveaustufe A2.1

Bulgarisch für Fortgeschrittene
Dieser Kurs ist geeignet, wenn Sie bereits über gute Vorkenntnisse in Bulgarisch verfügen. Sie trainieren Ihre Fähigkeiten in der Konversation, erweitern Ihren Wortschatz durch Aneignung weiterer Vokabeln und wiederholen Grundlagen der Grammatik.
Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-41104
Zhivka Zhivkova
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Kroatisch

Niveaustufen A1

Wenn Sie keine (Niveaustufe A1.1) oder nur geringe Vorkenntnisse (Niveaustufe A1.1-2) in Kroatisch haben und nach Kroatien reisen möchten oder in Dortmund Kontakt mit der Sprache wünschen, sind die folgenden Kurse für Sie geeignet.

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch Dobro dosli 1, Jasna Baresic

Kleingruppe, ab Lektion 4
Veranstaltung 151-41200
Ankica Brühl
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform „Moodle" zu lernen.

Niveaustufe A1.3

Lehrbuch Dobro dosli 1, Jasna Baresic

Kleingruppe/ab Lektion 7
Veranstaltung 151-41202
Ankica Brühl
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Snjezana Kordic: Kroatisch-Serbisch. Ein Lehrbuch für Fortgeschrittene mit Grammatik

Kleingruppe
Veranstaltung 151-41204
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Polnisch

Niveaustufen A1

Wenn Sie keine (Niveaustufe A1.1) oder nur geringe Vorkenntnisse (Niveaustufe A1.2-3) in Polnisch haben und nach Polen reisen möchten oder in Dortmund Kontakt mit der Sprache wünschen, sind die Kurse der Niveaustufe A1 für Sie geeignet.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Witam, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-005369-8 und behandeln folgende Themen: Erstes Kennenlernen, Begegnungen im Urlaubsland und im Hotel, Essen und Trinken, Einkaufen. Die Lektionsangeaben sind im Kurs angegeben.

Niveaustufe A1.1

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-41300
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 3
Veranstaltung 151-41302
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Polnisch kompakt am Wochenende

In diesem Kurs erhalten Sie einen intensiven Einstieg in die polnische Sprache.

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-41304D
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Polnisch von Anfang an

Intensivwoche

Sie haben keine Vorkenntnisse in Polnisch, aber beruflich oder privat in Polen zu tun? Sie haben hier in Deutschland Freunde oder Bekannte, die Polnisch sprechen und möchten sich in ihrer Muttersprache verständigen können? In dieser Woche erhalten Sie eine Einführung in die Sprache und lernen Redewendungen, die in typischen Situationen mit Besuchern hilfreich sind. Auch Informationen über kulturelle Tabus und Höflichkeitsregeln werden vermittelt.
Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden. Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Bildungsurlaub/**Sommer-VHS**
Veranstaltung 151-41306D
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15
9.30-16.00 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Kleingruppe/ab Lektion 6
Veranstaltung 151-41308
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Polnisch kompakt am Wochenende

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre im Kurs 151-41304D erworbenen Grundkenntnisse am Wochenende.

ab Lektion 4
Veranstaltung 151-41310D
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Freitag, ab 24.04.15
9.30-16.30 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Kleingruppe/ab Lektion 8
Veranstaltung 151-41312
Violetta Groner
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Polnisch kochen!

Sie lernen die polnische Sprache? Sie interessieren sich für die polnische Kultur? Dann bereiten Sie mit uns ein polnische Essen und schnuppern Sie in die polnischen Vokabeln rund um das Kochen! Wir kochen typische polnische Gerichte, besprechen das Menü und Kochprodukte auf Polnisch.

Im Menü finden Sie:
- Zurek (Roggensuppe)
- Zupe ogórkowa z ryzem (Gurken suppe mit Reis)
- Bigos (Fleisch mit Sauerkraut und Gewürzen)
- Kaszanke z surówka z kiszonej kapusty i ziemniakami (Grützwurst, eine Art Blutwurst - mit Sauerkraut und Kartoffeln)
- Makaron z serem (Nudeln mit dem polnischen Quark)
- Makowiec (Mohnkuchen)
- Kompot owocowy (Obstkompott)

Veranstaltung 151-41314D
Joanna Kalytta
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.02.15, 17.30-21.30 Uhr
5 UStd., 32,00 Euro

Im Entgelt: 12,00 Euro Lebensmittelumlage

Niveaustufe A2

Wenn Sie schon einmal Polnisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs in unserem Angebot zu finden, sollten Sie die Sprachberatung aufsuchen. Sie arbeiten weiter mit dem Lehrbuch Witam. In den Kursen der Niveaustufe A2 behandeln Sie die Themen: Verkehr, Land und Leute, Wohnen, Verabredungen treffen.

Niveaustufe A2.3

Kleingruppe/ab Lektion 14
Veranstaltung 151-41316
Violetta Groner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1

Polnisch Konversationskurs Niveaustufe B1.1

Kleingruppe
Veranstaltung 151-41318
Violetta Groner
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Danzig

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)

Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Russisch

Niveaustufen A1

Wenn Sie keine (Niveaustufe A1.1) oder nur geringe Vorkenntnisse (Niveaustufe A1.2-A1.3) in Russisch haben und nach Russland reisen möchten oder in Dortmund Kontakt mit der Sprache wünschen, sind die Kurse der Grundstufen für Sie geeignet.
Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Moct 1 Klett-Verlag, ISBN 3-12-527565.

Niveaustufe A1.1

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-41400
Alexander Kliutschko
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

ab Lektion 2
Veranstaltung 151-41402
Justyna Jedynak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Russisch von Anfang an

Intensivwoche
Der immer mehr zunehmende globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene macht es erforderlich, mehr als nur die eigene Muttersprache und Basisenglisch zu beherrschen. Russisch bietet sich hier als eine der großen Weltsprachen geradezu an. Sollten Sie schon immer die Grundlagen der russischen Sprache und das kyrillische Schriftsystem erlernen wollen, ist dieser Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in verschiedenen Situationen von Alltag und Beruf zurechtzufinden und erhalten Informationen über kulturelle Tabus und Höflichkeitsregeln. Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG).
Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden. Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Bildungsurlaub/**Sommer-VHS**
Veranstaltung 151-41404D
Justyna Jedynak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 15.06.-19.06.2015
9.30-16.00 Uhr, 30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.2

ab Lektion 6
Veranstaltung 151-41406
Justyna Jedynak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Kleingruppe/ab Lektion 8
Veranstaltung 151-41408
Justyna Jedynak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Russisch lesen und schreiben für junge Erwachsene

Sprichst du mit Freunden und Familie Russisch, hast es aber als Kind versäumt, lesen und schreiben zu lernen? Oder du schreibst so wie du sprichst, weißt aber nicht, wie es richtig geht, und vor allem aber, warum? Oder du willst endlich den Brief deiner Oma lesen können? Oder vielleicht auch ein russisches Buch?
Noch ist es nicht zu spät. In diesem Kurs werden wir uns genau damit beschäftigen. Wenn du das Alphabet nicht kennst, werden wir es nachholen und anhand von Lese- und Übungstexten die wichtigsten Grammatikregeln lernen.
Der Unterricht findet in russischer Sprache statt und ist für junge Erwachsene gedacht, die in Deutschland aufgewachsen sind.

Veranstaltung 151-41408D
Anna Olshevska
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Samstag, ab 24.01.15
10.30-13.00 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe B1

Wenn Sie schon einmal Russisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Die Lehrwerke sind in den Kursen angegeben. Um den richtigen Kurs in unserem Angebot zu finden, sollten Sie die Sprachberatung aufsuchen.

Sie arbeiten weiter mit dem Lehrbuch Most 1

Niveaustufe B1.1

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-41410
Justyna Jedynak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Sie arbeiten weiter mit dem Lehrbuch Most 1

ab Lektion 20
Veranstaltung 151-41412
Elena Petrova
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Otlischno!, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-004477-1

Kleingruppe/ab Lektion 11
Veranstaltung 151-41414
Irina Mikhaylova
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Russisch für Fortgeschrittene

Intensivwoche B1
Sie möchten Ihre bereits vorhandenen Russischkenntnisse innerhalb kurzer Zeit auffrischen und vertiefen? Dann ist dieser Intensivlehrgang genau das Richtige für Sie. In nur einer Woche werden Sie sich sprachlich und kulturell Land und Leuten nähern. Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden. Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Bildungsurlaub/**Sommer-VHS**
Veranstaltung 151-41416D
Justyna Jedynak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 22.06.-26.06.15
9.30-15.30 Uhr, 30 UStd.
150,00 Euro

Elementare / Selbstständige / Kompetente Sprachverwendung (A1/A2; B1/B2; C1/C2)
Dieses Sprachniveau ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Tschechisch

Niveaustufen A1

Wenn Sie über keine Vorkenntnisse in der tschechischen Sprache verfügen, dann ist der folgende Kurs für Sie geeignet. Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Vítáme vás!, Tschechisch Lehrwerk für Anfänger, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005157-1

Niveaustufe A1.1

Kleingruppe/ab Lektion 1
Veranstaltung 151-41500
Nadja Fietz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Kleingruppe/ab Lektion 8
Veranstaltung 151-41502
Nadja Fietz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1

Wenn Sie bereits Vorkenntnisse in der tschechischen Sprache haben, ist der folgende Kurs für Sie geeignet.

Niveaustufe B1.3

Kleingruppe/ab Lektion 17
Veranstaltung 151-41504
Nadja Fietz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Ungarisch

Niveaustufen A1

Niveaustufe A1.1

Ein ungarisches Wochenende
Dieser Kurs stimmt Sie auf Ihren Urlaub in Ungarn ein und macht Sie sprachlich fit für die Reise. Sie erlernen Grundkenntnisse zur sprachlichen Bewältigung typischer Situationen im Gastland (im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen) und erfahren außerdem von der Muttersprachlerin Edit Schön landeskundliche Besonderheiten, die bei der Vorbereitung des Urlaubes nützlich sein könnten. Es sind keine Vorkenntnisse in Ungarisch erforderlich.

Veranstaltung 151-41600D
Edit Schön
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Szituációk, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-005161-8.

Kleingruppe/ab Lektion 13
Veranstaltung 151-41602
Edit Schön
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Litauisch

Niveaustufen A2

Niveaustufe A2.2

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-41800D
Dr. Renata Labanauskaite-Balz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 31.01.15
10.30-13.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform „Moodle" zu lernen.

Niveaustufe A2.3

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt. Dieser Kurs setzt den Kurs 151-41800D fort.

Veranstaltung 151-41802D
Dr. Renata Labanauskaite-Balz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Samstag, ab 18.04.15
10.30-13.45 Uhr, 16 UStd.
64,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform „Moodle" zu lernen.

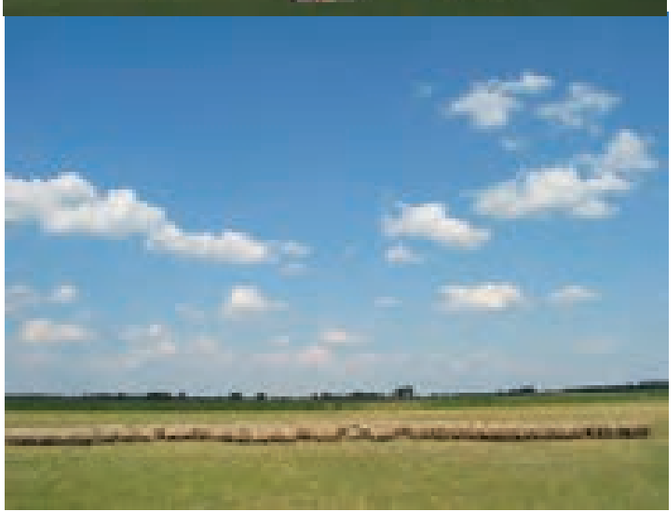
Niveaustufen B1

Niveaustufe B1.1

Für Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen. Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-41804
Dr. Renata Labanauskaite-Balz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, zusätzlich zu den Präsenzzeiten auf der Lernplattform „Moodle" zu lernen.



Außereuropäische Sprachen

Programmbereichsleitung:
Rainer Bommert (li.)
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Elementare/Selbstständige/Kompetente Sprachverwendung (A1/A2;B1/B2;C1/C2)
Dieses Sprachniveau (Grund- und Mittelstufen) ist im „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen" beschrieben.

Arabisch

Arabisch für Anfänger/innen

Intensivwoche
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die keine Vorkenntnisse in arabischer Sprache haben und beruflich oder privat in arabischen Ländern zu tun haben, oder hier in Deutschland Kontakt zu Menschen aus arabischsprachigen Ländern haben. In dieser Woche erhalten Sie eine Einführung in das arabische Schriftsystem und lernen die Redewendungen, die in typischen Situationen bei Begrüßung und Kennenlernen hilfreich sind.
Sie erfahren außerdem, welche kulturellen Hintergründe bzw. Höflichkeitsregeln gelten und wie das Gespräch mit arabischen Geschäftspartnern erfolgversprechend geführt werden kann.
Lehrmaterialien werden von der Dozentin zusammengestellt.
Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugesandt.

Veranstaltung 151-42100D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 10.-14.08.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Die Arabische Schrift

In diesem Kurs lernen Sie das Lesen und Schreiben des arabischen Alphabets. Am Ende des Kurses können Sie jedes Wort und kurze Dialoge lesen und z. B. Ihren Namen und viele Internationalismen schreiben.
Der Kurs findet am 18.04.15, 25.04.15 und am 09.05.15 statt.

Veranstaltung 151-42102D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Samstag, ab 18.04.15
10.00-13.15 Uhr, 12 UStd., 48,00 Euro

Niveaustufe A1.1

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Veranstaltung 151-42104D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
15 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 30 UStd., 120,00 Euro

Arabisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Intensivwoche (A1.2)
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die Alphabetkenntnisse in der arabischen Sprache aufweisen und leichte Alltagsgespräche führen können.
Dieser Kurs ist auch geeignet für Teilnehmer/innen des Kurses „Arabisch für Anfänger/innen - Intensivwoche".
Lehrmaterialien werden von der Dozentin zusammengestellt.
Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugesandt.

Veranstaltung 151-42106D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 17.-21.08.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Das Lehrmaterial wird vom Dozenten zusammengestellt.

Veranstaltung 151-42108D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
15 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 30 UStd.
120,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Lehrbuch „Arabisch Schnellkurs", Hueber Verlag

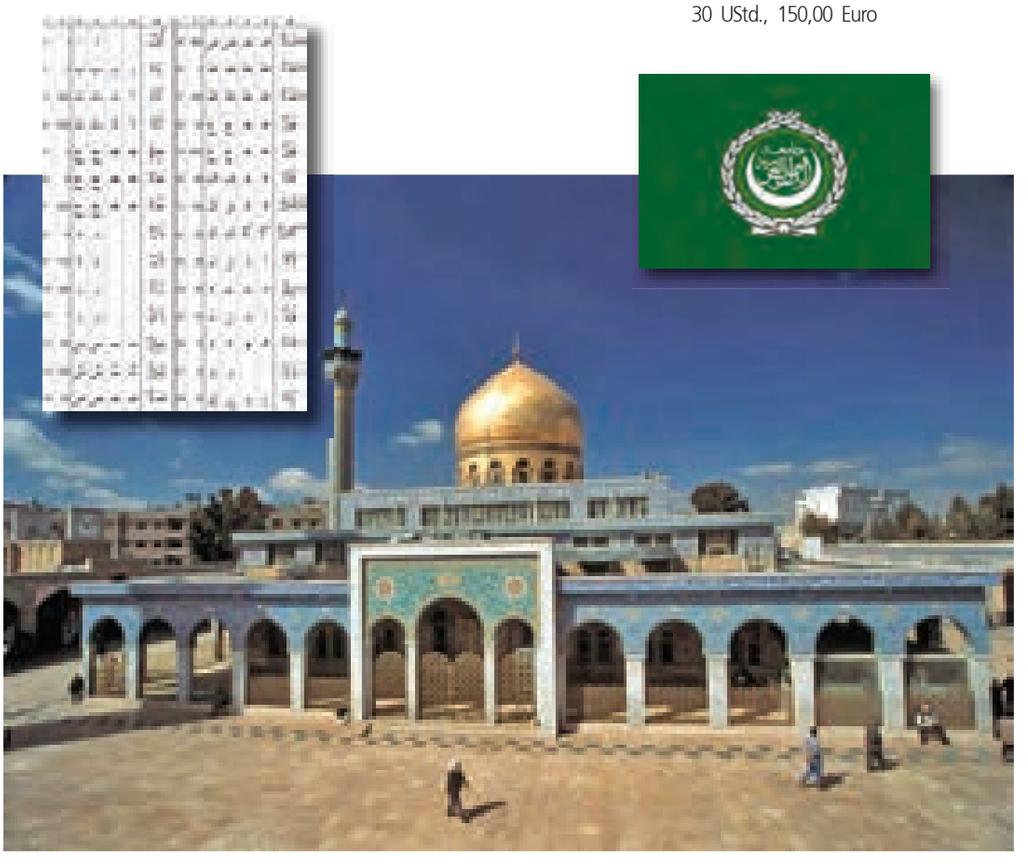
Veranstaltung 151-42110D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

Arabisch kommunikativ

Die Kursteilnehmer sollten über Arabischkenntnisse (zumindest B1-Niveau) verfügen.
Der Unterricht wird hauptsächlich durch reale Materialien unterstützt: Kurze Zeitungsartikel und Buchartikel, kurze Videos zu aktuellen Themen, kurze Geschichten, Rollenspiele.
Grammatikthemen werden situativ wiederholt, vertieft und geübt.
Die Zeit wird geteilt zwischen den produktiven und rezeptiven Fähigkeiten, so dass jeder die Möglichkeit hat, nicht nur zu hören und lesen, sondern auch zu sprechen und zu schreiben.

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt:
Selbst erstelltes Material und reales Material aus Zeitungen, Büchern und Filmen

Veranstaltung 151-42112D
Shorouk Elwahy
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro



Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Chinesisch

Schnupperkurs Chinesisch

Ziel des Kurses ist es, einfache Grundlagen der chinesischen Sprache und der Grammatik zu vermitteln, die es den Teilnehmern ermöglichen, mit einem praktisch nutzbaren, elementaren Wortschatz sich in einfachen Situationen wie Begrüßung, Vorstellung, Ausdruck von Wünschen etc. zurechtzufinden. Der Kurs soll außerdem einen kleinen Einblick in die chinesische Kultur bieten.

Veranstaltung 151-42200D
Hua Pan-Witzel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 10.15-15.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 10.15-13.15 Uhr
10 UStd., 40,00 Euro

Einführung ins Chinesische Zeichenschreiben

Die chinesische Schrift entstand vor rund 5000 Jahren aus einer Bilderschrift. Die Zeichen sind Kommunikationsmittel und erfüllen einen ästhetischen Anspruch. Die Kulturtechnik des Zeichenschreibens trug zum Zusammenhalt Chinas bei. In Europa findet man sie in jüngerer Zeit häufiger als Dekorationselement. Der Kurs stellt Geschichte und Entwicklung der Schriftzeichen vor, vermittelt die Grundregeln des Schreibens und es wird praktisch geübt. Geburtstagsgrüße auf Chinesisch können Sie am Ende des Kurses mit Hilfe der Dozentin auf mitgebrachten Karten schreiben.
Dieser Kurs ist eine gute Ergänzung zum Schnupperkurs. Sprachliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-42202D
Hua Pan-Witzel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 10.15-15.30 Uhr
6 UStd., 24,00 Euro

Vorbereitungskurs für China-Reise

Planen Sie eine China-Reise? Möchten Sie sich auf Land und Leute vorbereiten?
In diesem Kurs erfahren Sie auf unterhaltsame Weise mehr über typische chinesische Verhaltens- und Denkweisen. Heißt „Nein" wirklich „Nein"?, oder „Sehe ich meinem chinesischen Gegenüber direkt in die Augen?"
Sie werden mit vielen Alltagssituationen vertraut gemacht. Außerdem werden chinesische Gedankenmuster aufgezeigt und Ihnen im geschichtlichen Zusammenhang erklärt.

Veranstaltung 151-42204D
Jantje Zurbrüggen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Mittwoch, ab 11.03.15
17.45-19.15 Uhr, 6 UStd.
24,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufe A1.1

Lehrbuch: Liao Liao, Hueber Verlag
ab Lektion 1
Veranstaltung 151-42206
Mei Yang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Chinesisch für Anfänger

Intensivwoche
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die keine Vorkenntnisse in der chinesischen Sprache haben und beruflich oder privat in China zu tun haben, oder hier in Deutschland Kontakt zu Menschen aus China haben.
Ziel dieses Kurses ist es, einfache Grundlagen der Sprache und der Grammatik zu vermitteln.
Gesprächsthemen aus dem Alltag sollen den Teilnehmern helfen, einen praktisch nutzbaren, elementaren Wortschatz aufzubauen, um sich in einfachen Situationen zurechtzufinden.
Der Kurs arbeitet mit der lateinischen Pinyin-Umschrift und beschränkt sich auf das absolute Minimum der Schriftzeichen.
Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt. Der Kurs ist auch für die Personen geeignet, die eine Reise nach China planen.
Bitte fordern Sie unser gesondertes Infomaterial an.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-42210D
Hua Pan-Witzel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 06.-10.07.15, 10.15-15.45 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: Liao Liao, Hueber Verlag
ab Lektion 4

Veranstaltung 151-42212
Mei Yang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 108,00 Euro

Chinesisch für Fortgeschrittene

Intensivwoche
Dieser Kurs ist die Fortsetzung und Vertiefung des Chinesisch-Intensivkurses 1 von Anfang Juli 2014.
Dieser Kurs ist auch geeignet für Teilnehmer, die schon 1 bis 2 Chinesisch-Kurse besucht haben.
Zusätzlich zur Vertiefung der erworbenen Chinesisch-Kenntnisse wird jeden Tag ein anderes Alltagsthema ausgewählt und schriftlich und mündlich bearbeitet. Außerdem wird das Zeichenschreiben geübt.
Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.
Bitte fordern Sie unser gesondertes Infomaterial an.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-42220D
Hua Pan-Witzel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 27.-31.07.15, 10.15-15.45 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Lehrbuch: Liao Liao, Hueber Verlag
ab Lektion 5

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42222
Hua Pan-Witzel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Lehrbuch: Liao Liao, Hueber Verlag
ab Lektion 4

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42232
Jia Zhong
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42234
Hua Pan-Witzel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Lehrbuch: Chinesische Konversation 301
Band 2, ab Lektion 35

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42240
Jia Zhong
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Hindi

Niveaustufe A1.1

Indien, mehr als Bollywood, ein Land voller Gegensätze - mit jahrtausender alten Traditionen und zugleich eine aufstrebende Wirtschaftsmacht im 21 Jahrhundert - Heimat der großen Religionen und großer geographischer Abwechslung, von den Palmenstränden Keralas über die Wüste Thark bis hin zu den schneebedeckten Gipfeln des Himalaya. So vielseitig wie die Landschaft und der Glaube, so vielseitig sind auch die Sprachen des Subkontinents.
Ziel des Einsteigerkurses ist es, das Schriftsystem zu erlernen und einfache alltägliche Sätze bilden und verstehen zu können.
Die notwendigen Kursunterlagen werden vom Dozenten zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42250D
Pankaj Kolhe
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
13 x Freitag, ab 06.02.15
16.00-19.15 Uhr, 52 UStd.,
208,00 Euro

Ivrit/Neuhebräisch

Eine uralte, viel gesprochene Sprache, modern und archaisch zugleich: hier finden Sie einen Einstieg in die hebräische Gedankenwelt über den sprachlichen Zugang. In diesem Kurs geht es um sehr praktische Dinge wie das Alphabet, einfache Sätze zur Person und zu Situationen, wie sie im täglichen Leben vorkommen können.

Niveaustufe A1.1

Lehrbuch: „Hebrew & Israel. First Steps" Ahiasaf-Verlag

Termine:
28.01.15; 11.02.15; 18.02.15;
04.03.15; 18.03.15; 29.04.15;
20.05.15; 17.06.15

Veranstaltung 151-42300D
Igor Brodjanski
Studieninstitut Ruhr für kommunale Verwaltung GbR, Königswall 44-46
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: „Hebrew & Israel. First Steps" Ahiasaf-Verlag

Termine: 23.01.15; 06.02.15; 27.02.15;
13.03.15; 27.03.15; 24.04.15;
29.05.15; 12.06.15

Veranstaltung 151-42302D
Igor Brodjanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 23.01.15
19.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Japanisch

Japanisch wird häufig als schwierige Sprache angesehen, meist wegen der Schriftzeichen.
In unseren Kursen liegt der Schwerpunkt aber auf der mündlichen kommunikativen Beherrschung der Sprache, d.h. auf dem Sprechen und Verstehen. Lesen und Schreiben kommen dennoch nicht zu kurz. In den Kursen der Grundstufe lernen Sie die japanische Silbenschrift (Hiragana und Katakana), sowie den ersten Teil der chinesischen Schriftzeichen (Kanji). Wenn Sie bereits Vorkenntnisse in Japanisch haben, besuchen Sie bitte unsere kostenlose Sprachberatung, damit Sie den richtigen Kurs für sich auswählen. Außerdem finden Sie JLPT-Angaben (Japanese Language Proficiency Test) bei den Kursangaben, die ebenfalls als Anhaltspunkt für die nötigen Vorkenntnisse dienen können.

Niveaustufe A1.1

In der NIveaustufe A1.1 werden Schrift, Wortschatz und Grundkenntnisse der Grammatik anhand schriftlicher und mündlicher Übungen vermittelt. Vorab erfolgt eine Einführung in das japanische Schrift- und Lautsystem, mit Übungen zu den Silbenschriften **„Hiragana"** und **„Katakana"**. Landeskundliche Informationen sowie Floskeln des Alltagslebens gehören mit zum Lerninhalt und werden situationsbezogen eingeführt und geübt.
Lehrwerk „Japanisch bitte!" Band 1
Langenscheidt-Verlag, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-42400
Patrick Pappert MA
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-42402
Yuhono Takeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.30-19.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Japanisch für Anfänger/innen

Intensivkurs
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die keine Vorkenntnisse in japanischer Sprache haben und beruflich oder privat in Japan zu tun haben, oder hier in Deutschland Kontakt zu Menschen aus Japan haben.
In dieser Woche erhalten Sie eine Einführung in das japanische Schriftsystem und lernen die Redewendungen, die in typischen Situationen bei Begrüßung und Kennenlernen hilfreich sind. Sie erfahren außerdem, welche kulturellen Hintergründe bzw. Höflichkeitsregeln gelten und wie das Gespräch mit japanischen Geschäftspartnern erfolgversprechend geführt werden kann. Außerdem bekommen Sie eine Einführung in die japanische Kultur und Japanisches Essen.

Bitte fordern Sie unser gesondertes Infomaterial an.
Lehrwerke:
Marugoto, Japanese language and culture, A1 Katsudoo und Marugoto, Japanese and culture, A1 Rikai, Buske-Verlag

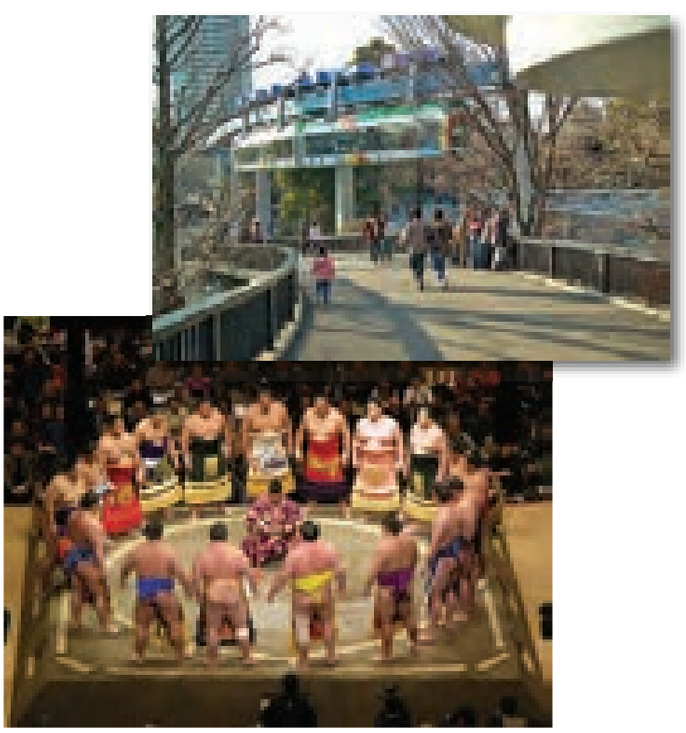
Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-42404D
Miho Komatsu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 27.-31.07.15, 9.30-15.30 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

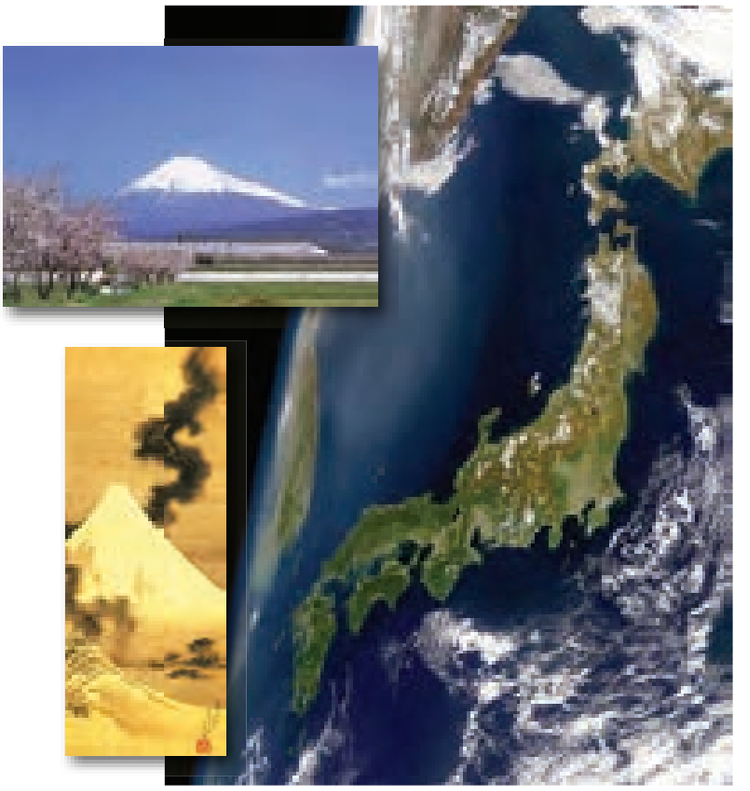
Niveaustufe A1.2

Lehrwerk „Japanisch bitte!" Band 1
Langenscheidt-Verlag, ab Lektion 4

Veranstaltung 151-42410
Patrick Pappert MA
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Veranstaltung 151-42412
Yuhono Takeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.30-19.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro





Niveaustufe A1.3

Lehrbuch: Marugoto, Japanische Sprache und Kultur, A1, ab Lektion 14

Veranstaltung 151-42420
Yuhono Takeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
108,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Lehrwerk „Japanisch, bitte!" neu
Klett-Verlag, ab Lektion 10

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42430
Patrick Pappert MA
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42432
Yuhono Takeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Mittel- und Abschlussstufen

Wenn Sie schon einmal längere Zeit (2 bis 3 Jahre bzw. länger als 3 Jahre) Japanisch gelernt haben, sind die Mittelstufen- oder Abschlussstufenkurse für Sie geeignet.
Die Kurse der Mittelstufe eignen sich auch zur Vorbereitung auf das JLPT 4 (Japanese Language Proficiency Test), für die Abschlussstufe setzen wir Vorkenntnisse zwischen Stufe 3 und 4 des JLPT voraus. JLPT Stufe 4 entspricht dem Nachweis für die Kenntnis von 100 Schriftzeichen und 800 Wörtern, die Stufe drei 300 Zeichen und einen Wortschatz von 1600 Wörtern.

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Niveaustufe A2.2

Der Dozent setzt selbsterstellte Unterrichtsmaterialien ein.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42440
Patrick Pappert MA
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Lehrwerk: Genki, Band 2, ab Lektion 18

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42444
Yuhono Takeda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.4

Japanisch im Sauseschritt Band 2b

Veranstaltung 151-42448D
Kerstin Pospiech MA
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
18.45-20.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe B1.5

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42450
Kumiko Ikezawa-Hanada
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Kommunikationskurs für Fortgeschrittene

Kleingruppe
Veranstaltung 151-42452
Kumiko Ikezawa-Hanada
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.20-20.50 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Koreanisch

Korea, die zehntgrößte Wirtschaftsnation der Welt, wird für Geschäftsleute und Touristen immer wichtiger und beliebter.
Die koreanische Sprache wird weltweit von etwa 80 Millionen Menschen gesprochen. Geschrieben wird sie fast ausschließlich mit der eigenen Schrift „Hangeul", gelegentlich kommen auch chinesische Schriftzeichen hinzu. Da sie sehr logisch aufgebaut ist und gut an die koreanische Aussprache angepasst ist, gilt sie als leicht erlernbar.

Niveaustufe A1.1

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die keine Vorkenntnisse in koreanischer Sprache haben, jedoch neugierig auf das koreanische Alphabet sind, dessen Aufbau zwar mit dem europäischen Alphabet vergleichbar, aber in Bezug auf die Schreibweise völlig neu ist. In diesem Kurs wird daher die Schreibweise, sowie die Aussprache der Silbenschrift „Hangeul" und auf deren Grundlage die Bildung einfacher Sätze und eines Wortschatzes anhand umgangsprachlicher Ausdrücke vermittelt. Am Kursende werden auch allgemeine landeskundliche Information angeboten. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42501D
Sookyun Choi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42503D
Sookyun Choi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42505D
Sookyun Choi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42507D
Sookyun Choi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Persisch

Dieser Kurs bietet einen ersten Einstieg in die persische Sprache und Schrift. Er ist geeignet für Personen, die keine Vorkenntnisse in dieser Sprache haben.

Niveaustufe A1.1

Lehrbuch: Wir sprechen Persisch 1
Khorshid-Verlag, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-42600D
Ramin Amngostar
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: Wir sprechen Persisch 1
Khorshid-Verlag, ab Lektion 4

Veranstaltung 151-42602D
Ramin Amngostar
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Lehrbuch: Wir sprechen Persisch 2
Khorshid-Verlag, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-42604D
Ramin Amngostar
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.55-19.25 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Thailändisch

Entdecken Sie mehr Seiten von Thailand mit der thailändischen Sprache. In diesem Kurs erwerben Sie den thailändischen Alltagswortschatz in Dialog und Diskussion. Außerdem lernen Sie die Tonstrategien und Kenntnisse in Lesen und Schreiben. Als Grundlage lernen Sie die deutsche Umschrift des Thailändischen und lernen das Lesen des thailändischen Alphabets Schritt für Schritt.

Niveaustufe A1.1

Lehrbuch: „Sanug sabaai" Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-528950-5, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-42800D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A1.2

Lehrbuch: „Sanug sabaai" Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-528950-5, ab Lektion 5

Veranstaltung 151-42802D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Lehrbuch: „Sanug sabaai" Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-528950-5, ab Lektion 8

Veranstaltung 151-42804D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Thailändisch Grundkurs, Band 1, von Rawiwan Bunnak Kaldrack, Metta Verlag, ISBN 978-3-00-032872-5
ab Lektion 2

Veranstaltung 151-42806D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A2.2

Das Lernmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42808D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A2.3

Das Lernmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-42810D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Vietnamesisch

Vietnamesisch ist eine der wenigen asiatischen Sprachen, die mit lateinischen Schriftzeichen geschrieben wird. Die Wortbedeutung wird durch verschiedene Betonungen verändert. Dieses wird durch fünf Zeichen auf den Vokabeln angezeigt.

Niveaustufe A1.1

Im Grundkurs werden Grundlagen der Aussprache und der Grammatik behandelt. Nach dem Kurs ist die Bildung einfacher Sätze möglich. Außerdem erfahren Sie, welche kulturellen Hintergründe bzw. Höflichkeitsregeln gelten. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Veranstaltung 151-42900D
Dr. Viet-Dung Ngo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Alte Sprachen

Programmbereichsleitung:
Rainer Bommert (li.)
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Alper Kabantas
(0231) 50-2 47 03
akabantas@stadtdo.de

Latein

Die Sprache der alten Römer liegt wieder im Trend. Latein schärft als „Mutter" vieler europäischer und besonders romanischer Sprachen nicht nur das Bewusstsein für die deutsche Sprache, die Sprache stellt auch eine ideale Grundlage für den Erwerb und die Verwendung weiterer Sprachen, wie z.B. Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch dar.

Niveaustufe A1.1

Der Kurs führt behutsam in die Grundlagen der lateinischen Sprache - Wortschatz, Grammatik, Logik und Struktur - ein. Er wendet sich sowohl an alle, die zum ersten Mal mit Latein Kontakt knüpfen wollen, aber auch an jene, die einen neuen Start versuchen und sich nun ohne Prüfungsdruck mit der lateinischen Sprache und der römischen Antike beschäftigen wollen. Wir werden prüfen, welche lateinischen Wurzeln sich im Deutschen und Englischen „verstecken" und welche Grundbedeutung wissenschaftliche Fachbegriffe z.B. aus Medizin und Jura haben. Bekannte Redewendungen lernen wir in der Übersetzung kennen.
Lehrbuch: Cursus Brevis, ab Lektion 1

Veranstaltung 151-43100D
Thomas-Joachim Fuchs
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Montag, ab 19.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Niveaustufe A1.1

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen, die vor langer Zeit Latein gelernt haben und diese Kenntnisse wieder entdecken möchten.
Das Lehrmaterial wird vom Dozenten zusammen gestellt.

Veranstaltung 151-43102D
Dieter Holtsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
16 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.30-12.00 Uhr, 32 UStd.
128,00 Euro

Niveaustufe B1.5

In diesem Kurs erweitern die Teilnehmer/innen die in der Abschlussstufe 5 erworbenen Kenntnisse und trainieren Wortschatz und Grammatik sowie Übersetzungen. „Quereinsteiger", die bereits über Lateinkenntnisse verfügen, sind ebenfalls angesprochen. Wir vertiefen unser Wissen über die römische Antike und erfahren mehr über ihre Einflüsse und Wirkungen auf Kunst und Gesellschaft, die auch in unserer Zeit präsent sind.
Lehrbuch: Cursus Brevis, ab Lektion 16

Veranstaltung 151-43104D
Thomas-Joachim Fuchs
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro

Altgriechisch

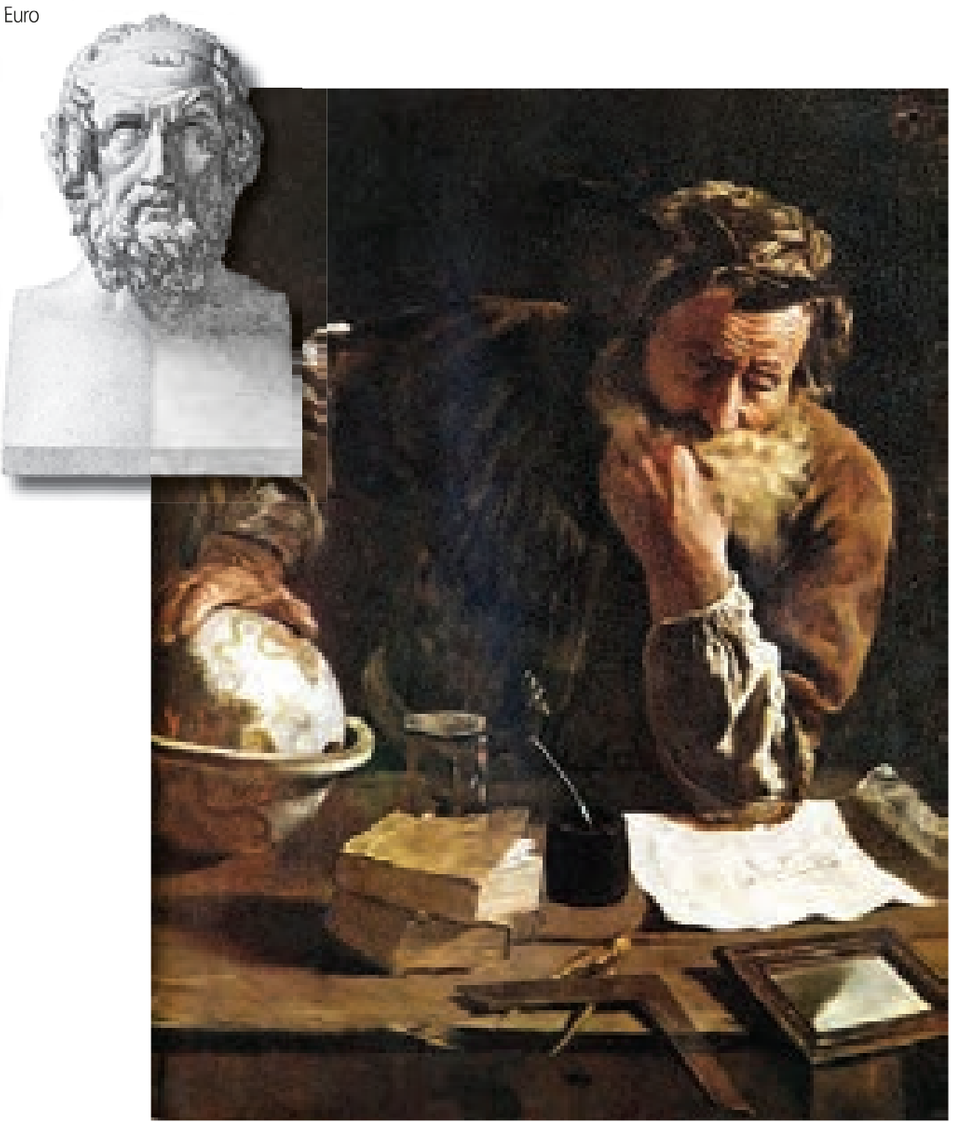
Demokratie und Ideologie, Musik und Theater, Mathematik und Physik sind Begriffe, die heute jedem von uns geläufig sind. Nicht immer sind uns jedoch die griechischen Wurzeln dieser Begriffe präsent. Häufig begegnen uns griechische Lehnwörter, ohne dass wir uns darüber immer im Klaren sind: Archiv, Athlet, Atom, Bibliothek, Biologie, Charakter, Diakonie, Elektrokardiogramm, Gymnasium, Historie, Klima, Logistik, Marmor, Nostalgie, Oase, Pädagoge, Praxis, Theorie, Zone - um nur einige zu nennen.

Wollen Sie diese faszinierende Sprache kennen lernen, dann laden wir Sie auf eine sprachliche Exkursion in das alte Griechenland ein.

Niveaustufe A1.1

Lehrbuch: Hellas, Lehrgang des Altgriechischen, Friedrich Maier, Verlag C.C. Buchner (ISBN 978-3-7661-5820-8)

Veranstaltung 151-43200D
Thomas-Joachim Fuchs
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
19 x Dienstag, ab 20.01.15
17.45-19.15 Uhr, 38 UStd.
144,00 Euro



Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Weiterbildungsmanagement:
Britta Bollermann (komm., li.)
(0231) 50-2 24 38
bbollermann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Hoffmann
(0231) 50-2 56 22
shoffmann@stadtdo.de

Die **Deutsche Gebärdensprache** hat sich als Basissprache deutscher gehörloser Menschen durchgesetzt. Sie ist in mittlerweile vereinheitlichter Form ein Kommunikationsmittel, welches ausschließlich auf visueller Wahrnehmung beruht und auch von Nicht-Gehörlosen wie eine Fremdsprache erlernt werden kann. Die DGS verfügt über einen umfassenden Gebärdenschutz und eine ausdifferenzierte Grammatik. Sie ist eine eigenständige leistungsstarke Sprache, die nicht nur für Gehörlose und ihre Gebärdensprachgemeinschaft von hohem Wert ist, sondern darüber hinaus auch für pädagogische, soziale und kommunikative Verwendungszusammenhänge aller Hörgeschädigten von Bedeutung ist.

Infoabend:

Sprache und Kultur der Gehörlosengemeinschaft

An diesem Abend informiert unser Gehörlosen-Dozent, Harro Drescher, Sie kostenlos über die Sprache und Kultur der Gehörlosengemeinschaft.

Inhalte seines Vortrages sind:
- **Geschichte der Gehörlosenbildung**
  Gebärdensprache ab 18. Jahrhundert
  Kampf um Anerkennung der DGS
- **Gehörlosengemeinschaft**
  Gehörlose in der Zeit des Nationalsozialismus, Identität und Kommunikation in der Gesellschaft, Deutscher Gehörlosen Bund von 1950 bis heute
- **Kultur der Gehörlosen**
  Alltagsleben der Gehörlosen und besondere Veranstaltungen

Die Veranstaltung richtet sich an Personen, die beruflich oder privat mit Gehörlosen Kontakt haben und sich für die Gebärdensprache interessieren. Der Vortrag wird von einer Gebärdendolmetscherin begleitet.

Veranstaltung 151-44000D
Harro Drescher/Günes Keles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 17.45-19.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

DGS 1

Vermittelt werden nach einem Einstieg in die Kommunikation und Kultur Gehörloser:
- Einstieg in die Gebärdensprache
- alltägliche Situationen
- Grundwortschatz
- das Fingeralphabet
- Einführung in grammatikalische Grundstrukturen

Während des ersten Termins findet eine Einführung durch eine Gebärdendolmetscherin statt.

Veranstaltung 151-44102D
Harro Drescher/Günes Keles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 23.01.15, 18.00-21.00 Uhr
Samstag, 24.01.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 25.01.15, 9.30-16.30 Uhr
20 UStd.; 80,00 Euro

Veranstaltung 151-44104D
Sabine Erstfeld/Günes Keles
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 20 UStd., 80,00 Euro

DGS 1 – Intensivwoche

Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-44106D
Anne Katrin Sterling-Meyer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 09.-13.02.15, 8.30-13.45 Uhr
30 UStd.; 150,00 Euro

Kompaktkurs DGS 1 - DGS 2

Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Am Anfang werden die verschiedenen Möglichkeiten nonverbaler Verständigung erlernt. Dabei können die Teilnehmenden ihre körperlichen, gestischen und mimischen Ausdrucksmöglichkeiten entdecken und weiterent-wickeln. Im Vordergrund dieser Kompaktstufe steht der Aufbau eines Grundgebärdenschatzes, zugleich sollen aber auch die DGS-Grammatik verdeutlicht und Dialogübungen durchgeführt werden. Ortsangaben, Musterbeschreibungen und die Beschreibung von räumlichen Bezügen sind u.a. Teil dieser Stufe. Neben einer Intensivierung des DGS Wortschatzes sollen die in der Kompaktstufe erarbeiteten Grundlagen zu den Lektionen („Familie") und („Alltagsbeschäftigungen") vertieft und schwerpunktmäßig behandelt werden.

Veranstaltung 151-44108D
Günes Keles/Harro Drescher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 15.06.15
8.30-13.45 Uhr, 60 UStd.
290,00 Euro

DGS 2

Vermittelt werden:
- Erweiterung der Dialogfähigkeiten
- Uhrzeiten
- Zeiten in der Vergangenheit, in Gegenwart & in der Zukunft
- Richtungsverben in Realsituation
- Zeigegebärden
- Farben

Voraussetzung ist Teilnahme an DGS 1!

Veranstaltung 151-44200D
Harro Drescher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.02.15, 18.00-21.00 Uhr
Samstag, 21.02.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.30-16.30 Uhr
20 UStd.; 80,00 Euro

Veranstaltung 151-44204D
Ulrike Wormland
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 24.04.15, 18.00-21.00 Uhr
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
20 UStd.; 80,00 Euro

DGS 2 - Intensivwoche

Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Vermittelt werden:
- Vertiefung der Gebärdensprache
- alltägliche Situationen, Grundwortschatz
- das Fingeralphabet, weitere Übungen
- Vertiefung der grammatikalischen Strukturen von einfachen zu erweiterten Dialogen
- Leichte Kommunikation im Alltag.
- Einführung in grammatikalische Grundstrukturen

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-44202D
Anne Katrin Sterling-Meyer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 09.-13.03.15, 8.30-13.45 Uhr
30 UStd.; 150,00 Euro

DGS 3

Vermittelt werden:
- Erweiterung der Dialogfähigkeiten
- Richtungsverben in Real- und Erzählsituationen
- Bild- und Wegbeschreibungen
- Übungen zur Wahrnehmung von Gebärdensprache

Voraussetzung ist die Teilnahme an DGS 1 und 2!

Veranstaltung 151-44300D
Harro Drescher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.03.15, 18.00-21.00 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 9.30-16.30 Uhr
20 UStd., 80,00 Euro

Veranstaltung 151-44302D
Ulrike Wormland
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.00 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.30-16.30 Uhr
20 UStd., 80,00 Euro

DGS 3 - Intensivwoche

Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Vermittelt werden:
- das alltägliche Leben: aus der Sicht von Gehörlosen und von Hörenden
- Einblicke in die Alltagssituationen von Gehörlosen
- Weitere Vertiefung der grammatikalischen Strukturen
- Vertiefende Sprachfunktion

Sommer-VHS/Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-44304D
Anne Katrin Sterling-Meyer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mo-Fr, 13.-17.07.15, 8.30-13.45 Uhr
30 UStd., 150,00 Euro

DGS 4

Vermittelt werden:
- Verfeinerung der grammatikalischen Strukturen: vertiefende Mimik, weitere Kenntnisse im Satzaufbau
- Einfache Konversation in DGS
- Benutzung der „Gebärden-Idiome"
- Darstellung von Gebärdenpoesie

Die Unterrichtseinheiten werden durch viele Dialoge bzw. Diskussionen aufgelockert. Dabei sind die vertiefenden Sprachfunktionen zu benutzen. Ferner ist das strukturierte Üben und Wiederholen ein wichtiges Unterrichtselement.

Voraussetzung ist die Teilnahme an DGS 1 - DGS 3.

Veranstaltung 151-44400D
Harro Drescher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.00 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-16.30 Uhr
20 UStd., 80,00 Euro

Arbeit und Leben

Weiterbildungsmanagement:
Britta Bollermann (li.)
(0231) 50-2 24 38
bbollermann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

vhs

Veranstaltungsort für Bildungsurlaub und Wochenendseminare:
Haus Mönter-Meyer, Winkelsettener Ring 7, Bad Laer.
Die Anreise erfolgt privat. Die Bildung von Fahrgemeinschaften wird empfohlen. Die Unterbringung erfolgt in Doppelzimmern. Je nach Verfügbarkeit kann vor Ort – gegen Aufpreis – ein Einzelzimmer gebucht werden.

L(i)eben und Arbeiten zwischen Schreibtisch und Schlafzimmer

Über das Verhältnis von Arbeit, Zweisamkeit, Familie und Müßiggang: Schon immer mussten sich die Menschen mit ihrer Art zu leben, zu lieben und zu arbeiten an die Erfordernisse der Gesellschaft anpassen. Egal, ob in der mittelalterlichen Idee der Produktionsgemeinschaft des „ganzen Hauses", der romantischen Trennung zwischen Arbeit und Wohnen (19. Jahrhundert) oder im gegenwärtigen Rahmen von Emanzipation und Work-Life-Balance. Während im Mittelalter die Kirche das Verhältnis von Arbeit und Liebe bestimmte, sind es heute Wissenschaftler, Politiker und Konzerne, die die gesellschaftliche Steuerung unseres Lebens zwischen Schlafzimmer und Büro beeinflussen. Und das bleibt nach Erich Fromm nicht ohne schädliche Nebenwirkungen: Der „flexible Mensch" (Senett) von heute opfert die Zweisamkeit nur zu oft für den Beruf. Was kann unter modernen Bedingungen Beziehungen entstehen und im Arrangement mit dem Job dauern lassen?

Veranstaltung 151-50100
Dr. Torsten Reters
Bad Laer
Samstag, 22.08.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 23.08.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Die sozialpolitische Entwicklung der Alterssicherung

Die soziale Entwicklung hat in Deutschland im Laufe der Jahre vielfältige und tiefgreifende Änderungen erfahren. Neben einem Rückblick auf die Vergangenheit wird im Seminar auf die Rentenreform und was man in ihrem Kontext beachten sollte, eingegangen. Es geht um die soziale Sicherheit im Alter. Fragen nach dem neuen Rentenrecht werden diskutiert und beantwortet. Für Teilnehmende, die etwas mehr über die Rente mit 63 Jahren wissen wollen, wird es sehr informativ sein.

Veranstaltung 151-50102
Horst Weckelmann/Hans Lellek
Bad Laer
Freitag, 27.02.15, 10.00-19.30 Uhr
Samstag, 28.02.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Vorsorge und Rente

Betreuungsrecht:
Die Vorsorgevollmacht - Der Aufbau und der damit verbundene Rechtscharakter. Der Unterschied zur Patientenverfügung und zur Betreuungsverfügung.

Rentenrecht:
Rentengesetz 2014 - Wer profitiert und wer bezahlt die neuen Renten? Welche neue Renten kann ich ab wann beziehen?
Was heißt Flexi-Rente und welche Veränderungen gibt es bei der Teilrente? Allgemeine Fragen und Antworten zum Thema Rente.

Veranstaltung 151-50104
Arnold Pothmann
Bad Laer
Samstag, 16.05.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 17.05.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 38,00 Euro

VHS-Gutschein:
Sie suchen nach einer Geschenkidee?
Dann erwerben Sie bei uns einen VHS-Gutschein.

Wie funktioniert Deutschland?

Dieses Seminar wendet sich an ausländische Mitbürgerinnen und Mitbürger, die mehr über ihre neue Heimat Deutschland erfahren möchten. Nach einem kurzen Überblick über die jüngere Geschichte sollen vor allem die Grundlagen der Verfassung und die Entwicklung der Parteienlandschaft dargestellt werden. Anschließend soll diskutiert werden, welche Möglichkeiten es gibt, an der Gestaltung des deutschen Gemeinwesens mitzuwirken.

Veranstaltung 151-50106
Heike Offermann/Hadi Kamisli
Bad Laer
Samstag, 28.03.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 29.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Europäische Union nach der Wahl –Sozialpolitik auf neuen Wegen?

Die Staatsschuldenkrise in einzelnen Euro-Ländern hat gezeigt, dass es notwendig ist, die Union und ihre Mitgliedstaaten wettbewerbsfähiger zu machen und wirtschaftspolitische Fehlentwicklungen zu vermeiden.
Die Strategie **„Europa 2020"** will die EU in einen intelligenten, nachhaltigen und integrativen Wirtschaftsraum verwandeln. Fünf Kernziele zeichnen die Wachstumsstrategie Europa 2020 aus:

- **Mehr Beschäftigung**
- **mehr Investitionen**
- **mehr Klimaschutz und Energiewandel**
- **mehr Bildung**
- **und Bekämpfung der Armut**

Zahlreiche Maßnahmen auf nationaler und EU-Ebenen sollen helfen diese Ziele zu erreichen und Umzusetzen.

Die Bewertung der EU-Kommission bezüglich ihrer Anstrengungen zu Vereinfachung und Verschlankung des EU-Rechts steht ebenso im Mittelpunkt der Bildungs-maßnahme und soll dazu beitragen eine soziale Einschätzung aus Arbeitnehmersicht zu erleichtern.

Veranstaltung 151-50108
Norbert Sassenbach
Bad Laer
Samstag, 28.02.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Wirkungen ausgewählter Machthaber und Mächte unserer Gesellschaft

Überall bekommt der Bürger in Staat und Gesellschaft die Macht zu spüren. Um die demokratische Grundordnung aufrecht zu erhalten, braucht der Staat auch Macht. Nicht nur der Staat, sondern auch viele Manager und Institutionen üben Macht aus. Welche Wirkungen die Machtausübung in unserer Gesellschaft hat und welche Verantwortung für die Bürger daraus entsteht, darüber wird im Seminar vorgetragen und diskutiert.

Veranstaltung 151-50110
Horst Weckelmann
Bad Laer
Freitag, 27.03.15, 10.00-19.30 Uhr
Samstag, 28.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Unser Geld

Zur Lebensexistenz gehört das Geld als Zahlungsmittel. Mit dem Lohn, Gehalt oder Einkommen muss wirtschaftlich umgegangen werden. Wer kann Vermögen bilden? Oder wie können Schulden vermieden werden? Was geschieht, wenn die Armutsgrenze erreicht wird?
Diese interessanten Themen werden im Vortrag behandelt und anschließend diskutiert.

Veranstaltung 151-50112
Horst Weckelmann
Bad Laer
Freitag, 17.04.15, 10.00-19.30 Uhr
Samstag, 18.04.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Aller Anfang ist gar nicht so schwer

Was machen eigentlich Betriebsräte in Klein- und mittelständigen Unternehmen?
Dieses Seminar vermittelt das Basiswissen für die vielfältigen Aufgaben von Betriebsräten. Es gibt einen ersten Überblick über Rechte und Einflussmöglichkeiten im Rahmen des Betriebsverfassungsgesetzes.
Die Gestaltung einer erfolgreichen Betriebsratsarbeit steht im Mittelpunkt dieses Seminars und wird mit vielen Beispielen und Übungen vermittelt.

Inhalte:
- Möglichkeiten der betrieblichen Mitbestimmung
- Umgang mit Gesetzen und Beteiligungsrechten des Betriebsrates
- Aufgaben des Betriebsrates und persönliche Rechtsstellung
- Geschäftsführung des Betriebsrates

Zielgruppe:
neu gewählte Betriebsräte (KMU)

Veranstaltung 151-50114
Jörg Seemann/Udo Krohn
Bad Laer
Samstag, 07.03.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Bildungsarbeit vor Ort

Bildungsarbeit ist ein wesentlicher Bestandteil unserer Gewerkschaftstätigkeit, denn politische Gestaltungskraft und Solidarität lassen sich nur mit politischen Menschen, auf der Basis von gemeinsamen Werten, entwickeln. Dazu leistet unsere Bildungsarbeit einen erheblichen Beitrag: Sie trägt zur Politisierung von Menschen bei und vermittelt gleichzeitig notwendige Qualifikationen zur Gestaltung betrieblicher und gesellschaftlicher Herausforderungen. Hierzu braucht es gut ausgebildete Akteure vor Ort.

Inhalte:
- Ziele der Bildungsarbeit
- Planung, Organisation, Durchführung und Nachbereitung von Bildungsveranstaltung
- Themen finden und Tätigkeitsfelder identifizieren: Beispiele aus der Arbeit vor Ort
- Vorstellung und Übung von Arbeitsmethoden

Veranstaltung 151-50116
Jörg Seemann/Peter Holtgreve
Bad Laer
Samstag, 28.02.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Ökonomie für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer

Die soziale Marktwirtschaft steht allgemein in der Kritik. Aus Sicht der Arbeitgeber ist sie durch die sozialen Sicherungssysteme ein hoher Kostenblock, der zugleich eine „Hängematte" bildet, die Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen zu wenig Anpassungsdruck spüren lässt. Gewerkschaften sind bei dieser Sichtweise Bollwerke gegen Veränderungen, die die Arbeitgeber für sinnvoll halten. Für die Beschäftigten ist der Begriff ausgehöhlt, weil sich seit mehreren Jahren eine stetige Verschlechterung ihrer sozialen Absicherung ergibt.

Inhalte:
- Wo liegen die Stärken des deutschen Sonderweges, der auch als „Rheinischer Kapitalismus" bezeichnet wird?
- Wie hat die soziale Marktwirtschaft zum Wirtschaftswunder der Bundesrepublik Deutschland beigetragen?
- Ist das System in der Lage, einen Rahmen zu bieten, um die künftigen gesellschaftlichen Anforderungen zu bewerkstelligen?

Oder ist die soziale Marktwirtschaft nur eine kurze Erscheinung gewesen, die mit dem Rückgang der Industriegesellschaft wieder verschwindet?

Veranstaltung 151-50118
Michael Schulte/Peter Holtgreve
Bad Laer
Samstag, 14.03.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 38,00 Euro

Veranstaltung 151-50120
Michael Schulte/Peter Holtgreve
Bad Laer
Samstag, 21.03.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 38,00 Euro

Gewerkschaft hautnah erleben!

Die Aufgaben der Gewerkschaften sind zumeist bei vielen Kolleginnen und Kollegen eher wenig bekannt. In der Schule heute wie früher, wird über dieses Thema kaum gesprochen und es gehört nicht zum typischen Unterrichtsstoff. Warum gibt es eigentlich Gewerkschaften und was machen diese, sind Fragen, die im Seminar bearbeitet werden. Es findet jedoch keine trockene Theorie statt, sondern in Gesprächen mit Betriebsräten, Vertrauensleuten und Gewerkschaftern soll das Thema erschlossen werden. Ebenfalls sind Betriebsbesuche geplant, wo neben der Vorstellung der Produktion auch die Arbeitsbedingungen unter die Lupe genommen werden.

Veranstaltung 151-50122
Michael Schulte/Peter Holtgreve
Bad Laer
Samstag, 20.06.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Bionik – von der Weisheit der Natur lernen

Der Begriff Bionik setzt sich zusammen aus Biologie und Technik. Er beschreibt das kreative Umsetzen von Anregungen aus der Biologie in die Technik. Dazu arbeiten Biologen eng mit Ingenieuren, Architekten, Physikern, Chemikern und Materialforschern zusammen.
Bioniker nutzen das große Reservoir an biologischen Strukturen, Prozessen und oft überraschenden funktionalen Lösungen, die in Milliarden Jahren evolutionärer Entwicklung bei knappen Ressourcen, steigendem Wettbewerbsdruck und permanenten Veränderungen im Umfeld erprobt und optimiert wurden.
In der Technik zeugen bereits zahlreiche marktgängige Produkte von dem Nutzen der bionischen Vorgehensweise und im Management werden immer stärker organisatorische und strategische Lösungen nach bionischer Methodik eingesetzt.

Veranstaltung 151-50124
Prof. Dr. Wolfram Winnenburg
Bad Laer
Samstag, 07.03.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 32,00 Euro

Interkulturelles Integrationstraining für Ukrainischsprachige

Die kulturelle Annäherung ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für eine gelungene Integration. Speziell für ukrainischsprachige Migranten ist dieses Training gedacht, dass einen Beitrag zur Verbesserung des Kommunikations- und Konfliktverhaltens leistet.
Unter dem Motto „Miteinander leben - Voneinander lernen" gibt es den Teilnehmenden Möglichkeit, eigene Erfahrungen und Beispiele aus ihrem Alltag mit dem Trainer zu diskutieren und in Rollenspielen zu erleben.
Das Seminar vermittelt Kenntnisse über Werte der deutschen Gesellschaft, über kulturelle Besonderheiten von Pünktlichkeit bis Höflichkeit und setzt sich mit Vorurteilen auseinander.

Was ist denn eigentlich typisch deutsch?
Der Dozent Alexander Kliutschko ist selbständiger Berater mit den Themenschwerpunkten Kultur und Kommunikation. Ein Seminar in Kooperation mit dem Programmbereich Deutsch als Fremdsprache.

Veranstaltung 151-50126
Alexander Kliutschko
Bad Laer
Samstag, 30.05.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 38,00 Euro

Mörderinnen im Spiegel der Öffentlichkeit

Nicht erst seit dem Fall „Weimar" wird in der Öffentlichkeit über angebliche oder tatsächliche Mörderinnen halb angewidert, halb fasziniert diskutiert. Tradierte Rollenbilder spielen dabei ebenso eine Rolle wie daraus erwachsene Zuschreibungen vermeintlich typisch „weiblicher" Verhaltensweisen und Mordwerkzeuge.
In diesem Seminar werden einige Fälle im Spiegel der Berichterstattung betrachtet. Werden Frauen, die eine solche Tat auf sich geladen haben oder unter Verdacht stehen in Medien und Gesellschaft anders betrachtet und behandelt, als Männer?
Welche Konsequenzen hat das für die Täterinnen, die Opfer und die Gesellschaft allgemein?

Veranstaltung 151-50128
Susanne Schulz/Lisa Schulz
Bad Laer
Samstag, 09.05.15, 10.00-19.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.00-14.00 Uhr
12 UStd., 38,00 Euro

Sie suchen einen Raum für betriebliche Veranstaltungen?

Die **VHS** bietet modern ausgestattete Seminar- und EDV-Räume für 10 bis 99 Personen. Diese können Sie mieten.

Hamburg „Hafen, Handel und Wandel"

Bildungsurlaub: Studienfahrt (DGB / VHS Arbeit und Leben)

Der Hamburger Hafen gilt als der drittgrößte Seehafen Europas. Er hat die Entwicklung der mit 1,75 Mio. Einwohnern zweitgrößten Stadt Deutsch-lands über die Jahrhunderte bis heute entscheidend geprägt. Insbesondere der Siegeszug des Containers hat in den letzten Jahrzehnten zu großen Veränderungen geführt, die auch den
Stadtumbau betreffen.
Beispiele dafür sind die neue Hafencity, die auf ehemaligen stillgelegten Hafenarealen entstanden ist oder der Ortsteil Waltershof, der heute fast ausschließlich aus Containerterminals besteht.

Der Wandel Hamburgs als Hafenstadt und die Folgen für die Stadtentwicklung sowie für die Arbeitsplätze in der Seefahrt, aber auch an Land, werden Thema dieses Bildungsurlaubs sein.
Der Hafen, die Hafencity und St. Pauli werden in Form von Rundgängen und Hafenrundfahrten besucht. Weitere Führungen und Exkursionen sind zu Fuß und mit den öffentlichen Verkehrsmitteln geplant. Die An- und Abreise erfolgt mit dem Bus.
Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Veranstaltung 151-50130
Andreas Peters/Ruth Raeder
Hamburg
Mo-Do, 04.05.-07.05.15
9.00-16.30 Uhr
24 UStd., 295,00 Euro

Seemannsheim Krayenkamp im DZ (EZ-Aufschlag 45 Euro), incl. Frühstück, Mittagessen am Ankunftstag, Busfahrt Hamburg hin- und zurück, ÖPNV-Ticket vor Ort, versch. Eintrittsgelder und Führungen. Einzelzimmerwunsch bitte bei Buchung angeben.
Anmeldeschluss: 20.04.2014

Bildungsurlaub: Teamer- und Multiplikatorenschulung

Sie haben die Verantwortung für die Moderation einer großen Gruppe? Kein Problem! Mit unseren Qualifikationen, die speziell auf Teamerinnen und Teamer, sowie Multiplikatoren und Multiplikatorinnen ausgerichtet sind, vermitteln wir dir all das, was für ein gelungenes Seminar, eine Sitzung oder einen politischen Auftritt gebraucht wird. Von A wie Außerparlamentarische Oppositionen über B wie Betriebe im Wandel bis hin zu Z wie Zukunftsperspektiven junger Menschen.

Inhalte:
- Auseinandersetzung mit Autoritätsrollen in der Bildungsarbeit
- Führen und Leiten von Gruppen
- Vorbereiten von Seminaren, Erstellung optimaler Lernbedingungen
- Gruppendynamik, Chancen und Störpotenziale
- Grundlagen der Didaktik, Neugierde wecken, Lernerfolge generieren
- Ziele, Inhalte und Methoden politischer Bildungsarbeit

Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-50132
Peter Holtgreve/Jörg Seemann
Bad Laer
Fr.-Di., 08.05.-12.05.15
10.00-18.00 Uhr, 38 UStd.; 98,00 Euro

Vortrag mit Diskussion für Menschen aus Bulgarien, Kroatien und Rumänien

Sie kommen aus Bulgarien, Kroatien oder Rumänien und möchten mehr über Ihre Rechte in Deutschland erfahren? Dann besuchen Sie die kostenlosen Veranstaltungen „Arbeitsrecht in Deutschland" in der Volkshochschule Dortmund.
Sie erhalten allgemeine Informationen zu Ihren Rechten als EU-Bürger/in in Deutschland und haben die Möglichkeit, Fragen zu folgenden Themen zu stellen:

- Grundrechte als Arbeitnehmer/in in Deutschland,
- Mindestlöhne und minimale Arbeitsbedingungen,
- Krankenversicherung in Deutschland,
- Aufenthaltsrecht und Sozialrechte von EU-Bürger/innen.

Nutzen Sie die Chance, Ihre Rechte besser zu kennen! Mehr Wissen bedeutet auch mehr Schutz!

Der Vortrag findet auch auf Rumänisch und Bulgarisch statt.
Die Veranstaltung ist eine Kooperation von Arbeit und Leben, DGB/VHS NW e. V. (Projekt „Arbeitnehmerfreizügigkeit in NRW gestalten"), des DGB Projektes: „faire Mobilität" und der VHS Dortmund und wird finanziert mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Nordrhein-Westfalen.
Wir freuen uns auf Sie.

Veranstaltung 151-50140
Alexandru Zidaru
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 15.01.15
17.00-18.15 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Veranstaltung 151-50142
Alexandru Zidaru
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.02.15
17.00-18.15 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Veranstaltung 151-50144
Alexandru Zidaru
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.03.15
17.00-18.15 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Veranstaltung 151-50146
Alexandru Zidaru
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15
17.00-18.15 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Politik

Weiterbildungsmanagement:
Britta Bollermann (li.)
(0231) 50-2 24 38
bbollermann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Hoffmann
(0231) 50-2 56 22
shoffmann@stadtdo.de

vhs

Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit der Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit Dortmund e. V.

Holocaust-Gedenktag

Am Holocaust-Gedenktag 2015 steht die Arbeit mit Überlebenden des Holocaust besonders im Blickpunkt.

In diesem Zusammenhang sind Mitarbeiter von AMCHA Deutschland, die Organisatorinnen von Heimatsucher e.V. und die Weingartenschule am See ins Dortmunder Rathaus eingeladen, um ihre Arbeit vorzustellen.
Das Bert-Brecht-Gymnasiums gestaltet den musikalischen Rahmen.
Schülerinnen und Schüler der Weingartenschule am See haben Spuren der jüdischen Familie Lewy in Hörde und den Niederlanden gesichert.

Im Mittelpunkt steht das Schicksal von Bertha Mathilde Lewy, die im Alter von neun Jahren in Sobibor ermordet wurde.
Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Jugendring Dortmund, dem IBB, der Auslandsgesellschaft NRW e.V., der Mahn- und Gedenkstätte Steinwache, dem Schulreferat der Evangelischen Kirche Dortmund und der Evangelischen Jugendkirche.

Veranstaltung 151-51000
Rathaus, Friedensplatz 1
Dienstag, 27.01.15, 18.00 Uhr
entgeltfrei

Paul Abraham

Lesung mit Musik – Paul Abraham

Der tragische König der Operette
Mit Klaus Waller, dem Autor der Abraham Biographie, und Wilhelm Albert Makus am Klavier.
Spätestens seit 2013, als die Operette Ball im Savoy in der Volksoper Berlin als glamouröse Großstadtshow inszeniert und umjubelt wurde, ist der Name des Komponisten Paul Abraham wieder in aller Munde.
Seine Karriere war kometengleich.
Als er 1930 aus Budapest nach Berlin kam, stieg er innerhalb von nur drei Jahren zum europaweit gefeiertesten Operettenkomponisten seiner Zeit auf.
Der weltweit gefeierte mußte 1933 auf dem Höhepunkt seiner Erfolge aus Berlin fliehen.

Nach dem 23. April kommt der Name Paul Abraham in deutschen Zeitungen nicht mehr vor.
Klaus Waller arbeitete mehr als 12 Jahre als Herausgeber und Lektor einer satirischen Taschenbuchreihe bei Rowohlt. Das Werk über Paul Abraham ist seine zweite größere Biographie.
Wilhelm Albert Makus arbeitet neben seiner Lehrtätigkeit an der Musikschule Witten als freiberuflicher Musiker und Fachautor.
In Kooperation mit der AgNRW.

Lesung
Veranstaltung 151-51002
Wilhelm Albert Makus/Klaus Waller
Auslandsgesellschaft, Großer Saal, Steinstr.48
Donnerstag, 26.02.15, 19.00 Uhr
entgeltfrei

Dr. Eva Weissweiler (Köln): „Judenhass als Vermächtnis"

Die Tradierung des Antisemitismus bei den Wagners

Über Wagners Antisemitismus ist viel geschrieben und gestritten worden, bis hin zu der Frage, ob es politisch und moralisch vertretbar sei, seine Werke in Israel aufzuführen.
Weniger oft diskutiert wird der ebenso virulente Judenhass seiner Frau Cosima, die ihn an ihre Kinder und Kindeskinder weitergab wie eine Hausreligion.
Sie triumphierte nach der Ermordung des jüdischen Ministerpräsidenten von Bayern, Kurt Eisner, trat noch mit über Achtzig einer antisemitischen „Vaterländischen Partei" bei und sprach Wagners langjährigem Freund und Dirigenten Hermann Levi die sittliche Reife ab, ein Werk wie den „Parsifal" zu dirigieren.
Musikalisches Rahmenprogramm mit Werken jüdischer Komponisten.

Die Referentin, Eva Weissweiler,1951 in Mönchengladbach geboren, ist Schriftstellerin und Musikwissenschaftlerin sowie Autorin einer kritischen Biographie über Friedelind Wagner.

n Kooperation mit der Mahn- und Gedenkstätte Steinwache.

Veranstaltung 151-51003
Dr. Eva Weissweiler
Reinoldinum, Schwanenwall 34
Donnerstag, 19.03.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Vortrag: Prof. Dr. Thomas Kaufmann „Luthers Juden"

Zwei Jahre vor dem Ende der von der Evangelischen Kirche Deutschlands zur Feier des Reformationsjubiläums ausgerufenen „Luther-Dekade" nimmt eine absehbare Diskussion zu einem unumgänglichen Thema endlich Fahrt auf: Luthers abgründiger Antisemitismus, die Judenfeindlichkeit in seinen Schriften und in seinem Weltbild, seinen alltäglichen Meinungen und Ansichten.
Ein Kirchenhistoriker hat längst die solide theologiegeschichtliche Basis für diese Fragen gelegt: Thomas Kaufmann.
In diesem Buch zieht er die Summe aus seiner Arbeit an Luthers Werken und ihrer Rezeption über 5 Jahrhunderte hin.
Sein Buch ist ein überzeugendes Plädoyer für eine entschlossene und vollständige Historisierung Luthers und seines Werks.

Thomas Kaufmann ist Professor für Kirchengeschichte an der Theologischen Fakultät der Universität Göttingen.

In Kooperation mit der Mahn- und Gedenkstätte Steinwache.

Veranstaltung 151-51004
Prof. Dr. Thomas Kaufmann
Mahn- und Gedenkstätte Steinwache
Steinstr. 50, 44147 Dortmund
Donnerstag, 26.03.15, 19.00 Uhr
entgeltfrei

Prof. Dr. Thomas Kaufmann

Jüdische Medizinethik

Die wissenschaftlichen Erkenntnisse der letzten Jahrhunderte ermöglichen uns einerseits, den menschlichen Körper auf eine bislang ungeahnte Art und Weise zu behandeln.
Andererseits geraten wir in Grenzbereiche ethischer Grundfragen: Ist alles, was möglich ist auch gewollt, sinnvoll und zulässig?
In seinem Vortrag behandelt Rabbiner Soussan zum einen spezifisch jüdische Fragestellungen, wie: Muss Medizin „koscher" sein?
Zum anderen aber auch allgemeine bioethische Überlegungen und die jüdische Position dazu.

Julian-Chaim Soussan, geb. 1968 ist seit August 2013 Gemeinderabbiner in der Jüdischen Gemeinde Frankfurt, mit den Schwerpunkten Bildung und Erziehung. Seit 2008 amtiert er im Vorstandsbeirat der Orthodoxen Rabbinerkonferenz Deutschland.

In Kooperation mit der Ev. Akademie Villigst und der Jüdischen Kultusgemeinde.

Vortrag
Veranstaltung 151-51005
Julian-Chaim Soussan
Jüdischen Kultusgemeinde
Prinz-Friedrich-Karl-Str. 9
Dienstag, 21.04.15, 19.00Uhr
entgeltfrei

Julian-Chaim Soussan

Verbal-Antisemitismus in Deutschland

Die sprachlichen und inhaltlichen Dimensionen des aktuellen Antisemitismus wurden innerhalb einer groß angelegten Studie von Frau Prof. Dr. Schwarz-Friesel und ihrem Forschungsteam umfassend analysiert.
Eine einzigartige Sammlung von über 14.000 Zuschriften, die bei der Israelischen Botschaft und dem Zentralrat der Juden in Deutschland eingegangen sind, bilden die Basis der Daten.
Im Zuge dieser Untersuchung wird unter anderem gezeigt, dass Antisemitismus in allen gesellschaftlichen Sphären verbreitet ist und nicht nur ein rechtsextremes Phänomen darstellt.
Das und viele weitere Ergebnisse der linguistischen Korpusstudie stellt Linda Giesel im Vortrag exemplarisch vor.

Linda Giesel studierte Germanistik, Politikwissenschaft und Linguistik.
Seit 2014 ist sie als wissenschaftliche Mitarbeiterin im Fachgebiet der Allgemeinen Linguistik an der Technischen Universität Berlin tätig.

In Kooperation mit der AgNRW, der Mahn-und Gedenkstätte Steinwache, der Fakultät Kulturwissenschaften TU Dortmund und dem Evangelischen Schulreferat.

Vortrag
Veranstaltung 151-51006
Linda Giesel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 19.05.15, 19.00 Uhr
entgeltfrei

Linda Giesel

Webinare: „Konflikte der Weltpolitik"

Nähere Informationen zum Veranstaltungsformat siehe Seite 10

Die Ukraine und Russland – der aktuelle Konflikt in historischer Perspektive

Der Konflikt zwischen Russland und der Ukraine reicht Jahrhunderte zurück. Beide Staaten haben eine gemeinsame, leidvolle Geschichte. Die immer asymmetrischen Verhältnisse sind bis heute sehr komplex. Will man die momentanen Konflikte verstehen, muss man die historischen Entwicklungen sehen. Denn das Wissen um ihre Geschichte und das Werden nationaler Identitäten prägten sowohl Politiker als auch die Bevölkerungen.
Der Vortrag betrachtet vornehmlich die Entwicklungslinien im 19./20./21. Jahrhundert. Teilungen in West und Ost, frühe nationalstaatliche Bestrebungen oder territoriale wie ethnische Auseinandersetzungen spielten auch in der ukrainischen Sowjetrepublik nach 1920 eine Rolle. Nach der Unabhängigkeit 1991 blieb die Ukraine von Russland abhängig. Erst nach 2006 brachen die Konflikte erneut auf, der ukrainische Wunsch nach westlicher Orientierung kollidierte mit den russischen Vorstellungen einer „Eurasischen Union".
Prof. Dr. Julia Obertreis, Lehrstuhl für Neuere und Neueste Geschichte O steuropas, Universität Erlangen-Nürnberg.

Webinar
Veranstaltung 151-51050
Prof. Dr. Julia Obertreis
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Ein Jahr nach dem Umbruch: Die Ukraine zwischen der EU und Russland

Seit November 2013 durchläuft die Ukraine eine Reihe von tief greifenden politischen Änderungen, die sich unter dem Ereignis-Cluster „Majdan", „Krim" und „Donbas" fassen lassen. Der Vortrag wird sich mit dem Umbruch in der Ukraine und dessen innen- und außenpolitischen Implikationen auseinandersetzen. Drei Fragenkomplexe stehen dabei im Vordergrund: Wie lässt sich die Protestbewegung des „Majdan" analytisch einordnen und welche gesellschaftspolitischen Auswirkungen lassen sich identifizieren? Worin liegen die Interessen Russlands und wie versucht die russische Regierung diese gegenüber der Ukraine durchzusetzen? Welche Auswirkungen hat die „Ukraine-Krise" auf die internationalen Beziehungen allgemein und die EU-Russland-Beziehungen im Speziellen?
Dipl. Pol. Steffen Halling, Stiftung Wissenschaft und Politik, Berlin.

Webinar
Veranstaltung 151-51052
Dipl. Pol. Steffen Halling
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 22.04.15, 19.00-20.30 Uhr,
2 UStd., 7,00 Euro

Islam, Islamismus und die Medien

Der Vortrag gliedert sich in zwei Teile: Zum einen wird erörtert, welches Bild vom Islam und Muslimen bei uns in Deutschland mittels Medien vermittelt wird und wie dieses Bild entsteht. Auf Basis der Betrachtung der Mechanismen der Auslandsberichterstattung können wir auch erkennen, warum bestimmte Stereotype und Vorurteile dominant sind und das Image vom konflikthaltigen Islam sich festzusetzen scheint. Zum anderen nimmt der Vortrag aber auch die Mediennutzung und Medienproduktion von Islamisten in den Blick. Anhänger des politischen Islam haben ein großes Sendungsbewusstsein und setzen Medien gezielt für ihre Zwecke ein. Dabei ist aber zwischen jihadistischer Terror-Kommunikation wie bei IS und Protestkommunikation wie bei den ägyptischen Muslimbrüdern zu unterscheiden.
In einem Zirkelschluss zum anfangs diskutierten Islambild wird gezeigt, ob und wie diese Kommunikationsformen unser Bild vom Islam und Muslimen prägen.
Prof. Dr. Carola Richter, Institut für Publizistik und Kommunikationswissenschaft, Freie Universität Berlin.

Webinar
Veranstaltung 151-51054
Prof. Dr. Carola Richter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 06.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Politische Kultur und Ideengeschichte arabisch-islamischer Gesellschaften

Der Vortrag will vor dem Hintergrund vor allem der jüngsten dramatischen Ereignisse im Nahen Osten einen Einblick in die kulturellen, religiösen, politischen und wirtschaftlichen Entwicklungen der Gesellschaften dieser Region vermitteln. Exemplarisch werden die „Binnenstrukturen" wie die Ideengeschichte politischer Konzepte, die Systeme von Staat und Herrschaft, der Wandel der Werteordnungen sowie Kooperations- und Konfliktmuster analysiert. Aber auch die globalen Verflechtungen und die überregionalen Einbindungen dieser Gesellschaften und Staaten in die internationale Politik sowie die Rolle externer Akteure in der Region werden thematisiert.
Die Darlegungen sollen helfen, die überaus komplexen Entwicklungen von den Prozessen der Reislamisierung der letzten Jahrzehnte über die arabischen Revolten der letzten Jahre bis hin zu den heutigen dramatischen Kriegsereignissen besser verstehen zu können.
Prof. Dr. Omar Kamil, Institut für Politische Wissenschaft, Universität Erlangen-Nürnberg.

Webinar
Veranstaltung 151-51056
Prof. Dr. Omar Kamil
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 20.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Einführung in den Babylonischen Talmud – in das Geheimnis der jüdischen Lernmethode

Rabbiner Apel gibt einen Einblick in die jüdische Lernmethode. Er stellt ausgewählte Seiten aus den Talmud vor. Talmud bedeutet „Lernen" und ist die schriftliche Tora , u.a. die 5 Bücher Moses, mit Erörterungen jüdischer Lehrhäuser/ Rabbiner aus mehreren Jahrhunderten.
„Der Babylonische Talmud" enthält eine verwirrende Fülle von Erzählungen, Diskussionen, Auslegungen.
Ein Meer, in dem zu schwimmen eine ganz eigene Kunst ist. Und: „Fragen zu stellen, die richtigen Fragen, ist sehr viel wichtiger als Antworten zu wissen."
Rabbiner Apel, geb. 1975 in Jerusalem, Ausbildung zum Rabbiner in Israel. Mehrere Jahre in Russland als Rabbiner in der Jugendarbeit tätig. Seit Ende 2001 in Deutschland. Seit Ende 2004 Rabbiner der Jüdischen Kultusgemeinde Gross-Dortmund.

In Kooperation mit dem Schulreferat des Ev. Kirchenkreises Dortmund

Veranstaltung 151-51008
Avichai Apel
Jüdische Kultusgemeinde
Prinz–Friedrich–Karl–Str. 9
Dienstag, 02.06.15, 19.00 Uhr
entgeltfrei

Heimatkunde – Westfälische Juden und ihre Nachbarn – eine Ausstellung des Jüdischen Museums Westfalen in Dorsten

Thematisiert wird in dieser Ausstellung das Zusammenleben von Juden und Nichtjuden in Westfalen.
Auch Juden haben ein besonderes Verhältnis zu ihrer Heimat.
Geschichtliche Spuren aus dem 19. und 20. Jahrhundert zeichnen die verschiedenen Stationen der Sesshaftwerdung nach. Dabei werden ganz verschiedene Berufszweige wie Kaufleute, Dichter, Soldaten, Wandergesellen usw. vorgestellt und deren Lebenswege beschrieben.
Die Ausstellung rückt nachbarschaftliche Nähe als Chance und Gefährdung der Jüdischen Minderheit ebenso in den Fokus der Betrachtung wie Heimatverlust, oder die Aneignung mehrerer Heimaten. Thematisiert werden aber auch Heimatrecht, Heimatliebe und auch Heimweh.

In Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-jüdische Zusammenarbeit und der AgNRW

Exkursion
Veranstaltung 151-52500
Dr. Sabine Weicherding
Dorsten
Jüdisches Museum Westfalen,
Sonntag, 19.04.15, 13.00-19.00 Uhr
6 UStd., 13,00 Euro, incl. Busfahrt, Eintritt, Führung
Anmeldung bis spätestens 29.03.15

Jüdisches Museum Westfalen, Dorsten

Diskurse über Politik in Seminaren, Gesprächskreisen und Vorträgen

Vorherige Anmeldung erforderlich!

Vor 70 Jahren: Ende des 2. Weltkrieges

Leiden in Stein – das Mahnmal in der Bittermark

Das Mahnmal in der Bittermark gehört zu den bedeutendsten Bauwerken in Europa, die an die Opfer der Zwangsdeportation und Opfer der Nazizeit erinnern. Der Dortmunder Architekt Will Schwarz und der Hagener Künstler und Bildhauer Karel Niestrath haben in Zusammenarbeit eine einzigartige Gedenkstätte geschaffen, die seit 1958 jeweils am Karfreitag Schauplatz einer internationalen Gedenkfeier ist. Die Krypta des Mahnmals, in der ein unbekanntes Opfer der Morde des Jahres 1945 unmittelbar vor Kriegsende beigesetzt ist, gilt als „französisches Land auf deutschem Gebiet". Der Vortrag befasst sich mit der politischen Vorgeschichte des Mahnmals und anhand von Fotos mit den dort angebrachten Reliefs.
Wolfgang Asshoff, Autor mehrerer Dokumentationen über die Bittermark begleitet seit mehr als 50 Jahren vor allem französisch sprechende Delegationen am Mahnmal.

Veranstaltung 151-51100
Wolfgang Asshoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.03.15, 19.00 Uhr
entgeltfrei

Video-Kurs: Die eigene Fernsehsendung

In dem 2-tägigen Workshop haben Sie die Möglichkeit, eine eigene Fernsehsendung zu entwickeln: eigene Themen umsetzen, vor oder hinter der Kamera, von der Recherche bis zum Schnitt - wer teilnimmt, bekommt einen Einblick in die Welt hinter der Mattscheibe und wird selbst zum Videojournalisten. Medientrainer der Landesanstalt für Medien betreuen den Kurs, journalistisch und technisch. Sie werden mit der nötigen Technik ausgestattet: professionelle Kameras, Laptops mit Schnittsystemen usw. Am Ende entsteht eine Sendung mit Moderation und Beiträgen, die sogar im Fernsehen zu sehen sein wird: auf dem Lernsender für Nordrhein-Westfalen NRWision.

In Kooperation mit der Landesanstalt für Medien.

Workshop
Veranstaltung 151-51102
Benedikt Borchers
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., entgeltfrei

Strafzumessung: Welche Strafe ist gerecht?

Am Ende der Hauptverhandlung haben Schöffen die Verantwortung das gerechte Urteil und das richtige Strafmaß zu finden. Das Seminar bietet die Möglichkeit, sich mit Fragen rund um die Strafzumessung und die Folgen einer Strafzumessung zur Bewährung auseinanderzusetzen.

In Kooperation mit der Deutschen Vereinigung der Schöffinnen und Schöffen, Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V. (www.schoeffen-nrw.de)

Veranstaltung 151-51104
Volker Talarowski, Vorsitzender Richter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15, 18.30-21.00 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Die Beweisaufnahme als Herzstück der Hauptverhandlung

Ein Schwerpunkt der Tätigkeit von Schöffen ist die Feststellung von Tatsachen, die die Grundlage zur Beurteilung der angeklagten Tat, der Schuld des Angeklagten und der Höhe der Strafe bilden. Hierfür gibt es bestimmte Regeln, die dem Gericht auch Grenzen setzen. Zum Nachweis der Tat ist der Zeuge auch heute noch das häufigste Beweismittel. Das Seminar vermittelt welche Regeln für die Beweisaufnahme gelten, wie der Schöffe unbefangen Fragen stellt und das Gericht sich seine Überzeugung bildet.

In Kooperation mit der Deutschen Vereinigung der Schöffinnen und Schöffen, Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V. (www.schoeffen-nrw.de)

Veranstaltung 151-51106
Volker Talarowski, Vorsitzender Richter
VHS Löwenhof,
Dienstag, 28.04.15, 18.30-21.00 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Den Islam verstehen – Seminar mit Moscheebesuch

Kopftuch, Beschneidung, Moscheebau- Wohl keine Religion ist in der öffentlichen Diskussion so präsent wie der Islam. Das Seminar an drei wöchentlichen Terminen reiht nicht Fakten aneinander, sondern ordnet sie in ihren kulturellen Kontext ein. Die eigene kulturelle Prägung soll außen vor bleiben, um den Islam aus sich heraus zu verstehen. Auch sollen Methoden der Islamwissenschaft erarbeitet werden: Wie sind Koran und Hadithe aufgebaut? Was sind Fatwas und wo kann man sie finden? Die Teilnehmenden sollen in die Lage kommen, sich selbst aus erster Hand Meinungen zu bilden. Nach dem dritten Seminarabend wird eine Dortmunder Moschee besucht. Der Termin für den Moscheebesuch wird im Seminar bekanntgegeben.

Veranstaltung 151-51108
Björn Muntzeck
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Mittwoch, ab 04.02.15
19.30-21.00 Uhr
8 UStd., 9,00 Euro

Politik ist auch Frauensache

Ähnlich wie bei „Politik in der Zeitung“ soll in diesem Lektürekurs die überregionale Presse durch die gemeinsame Lektüre ausgewählter Beiträge aus der überregionalen Tages- und Wochenpresse „unter die Lupe“ genommen werden. Allerdings spielt hier der Blickwinkel eine entscheidende Rolle, unter dem die ausgewählten Artikel gemeinsam gelesen und diskutiert werden: Besondere Beachtung gilt dem Frauenbild, der Berücksichtigung und Wahrnehmung frauenspezifischer Fragestellungen, wie sie im Meinungsbild der Presse zum Ausdruck kommen.

Veranstaltung 151-51110
Eckhard Matthies
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Dienstag, ab 13.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
19,00 Euro

Veranstaltung 151-51112
Eckhard Matthies
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
7 x Dienstag, ab 05.05.15
9.30-11.45 Uhr, 21 UStd.
15,00 Euro

Politik in der Zeitung

Eine gezielte Zeitungslektüre bietet immer noch mehr Information und Hintergrundwissen als das Fernsehen. In dieser Hinsicht ist das traditionelle Medium Zeitung auch dem Internet überlegen. Politische Bildung durch Zeitung: Anhand ausgewählter Artikel aus der überregionalen Tages- und Wochenpresse soll das aktuelle politische Geschehen in der Konkurrenz der Meinungen beleuchtet werden, um sich dadurch ein fundiertes und differenziertes Meinungsbild zu politischen Themen zu erarbeiten – jenseits vorschneller Urteile „aus dem Bauch“. Der Lektürekurs soll auch Lust aufs intensive Zeitungslesen machen.

Veranstaltung 151-51114
Eckhard Matthies
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
19,00 Euro

Veranstaltung 151-51116
Eckhard Matthies
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
7 x Donnerstag, ab 07.05.15
9.30-11.45 Uhr, 21 UStd.
15,00 Euro

Lebenssituation von Frauen heute

In diesem Gesprächskreis stellen wir uns vielen Fragen in Politik und Gesellschaft, die in der aktuellen Diskussion in den Medien sind und uns vor allem in unserer gesellschaftlichen Situation als Frauen angehen.
In der Diskussion geht es zum einen um daraus entstehende Probleme und praktikable Lösungsversuche vor einem gemeinsamen Erfahrungshintergrund, zum anderen aber auch um die Einordnung in politische Zusammenhänge.

vierzehntägig
Veranstaltung 151-51118
Marianne Marohn
Huckarde
Gustav–Heinemann–Gesamtschule
Parsevalstr. 170
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
16.00-19.15 Uhr, 32 UStd.
25,00 Euro

Frau sein heute

Dieser Gesprächskreis lädt zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch über die persönliche Lebenssituation von Frauen ein.
Es geht um persönliche Fragen, um Familie und Beruf, aber auch darum, für alle Lebensbereiche kreative Ideen für etwas Neues zu entwickeln, entsprechende Aktivitäten zu planen und durchzuführen und über neue Formen des gesellschaftlichen Engagements nachzudenken: Frauen bewegt – also im Sinne des „etwas in Bewegung setzen“.

vierzehntägig
Veranstaltung 151-51120
Maria Strohmann
Frauenberatungsstelle Dortmund
Kronprinzenstr. 26
8 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
15,00 Euro

Unterwegs in Dortmund...

Vorherige Anmeldung erforderlich!

Von der Brauerei zum Einkaufszentrum – Die Thier-Galerie

Nachdem wir uns in früheren Jahren bereits mit der Planung eines neuen Einkaufszentrums auf dem Gelände der ehemaligen Thier-Brauerei beschäftigt haben, gibt es nun die Gelegenheit, die im September 2011 eröffnete Thier-Galerie einmal genauer kennen zu lernen.
Über das Konzept des Shopping-Centers mit seinen über 160 Fachgeschäften, Cafés und Restaurants unter einem Dach können wir uns bei einem Rundgang informieren.
Ein Blick hinter die Kulissen u.a. auf die Wege der Anlieferung und Entsorgung wird ebenso möglich sein wie ein Gespräch über die Wechselwirkung von Galerie und City.

Exkursion
Veranstaltung 151-51210
Andreas Peters
Treffpunkt: Thier-Galerie, Westenhellweg 102 -106, bei der Kundeninformation im Erdgeschoss (nahe Eingang Potgasse / Martinstraße)
Mittwoch, 04.02.15, 16.00-18.15 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Von der Straße auf die Schiene: Die Baustelle der KV-Anlage

Das Container-Terminal im Hafen stößt mittlerweile an seine Kapazitätsgrenze. Daher wird auf dem Gelände des früheren Bahnhofs Nord der Dortmunder Eisenbahn eine KV-Anlage in Hafennähe entstehen (KV steht für kombinierten Verkehr).
Neben Containern sollen dort auch Sattelauflieger und Wechselbrücken umgeschlagen werden, um LKW-Verkehre von der Straße auf die Schiene zu verlagern.
Über den Bau der KV-Anlage, die an dieser Stelle nicht unumstritten ist, können wir uns bei einer Begehung des Geländes informieren.
Bitte festes, robustes Schuhwerk (da Baustelle) und wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51212
Andreas Peters
Huckarde
Treffpunkt: Lindberghstr. / Ecke Franz-Schlüter-Str., Dortmund-Huckarde
Dienstag, 31.03.15, 17.00-19.30 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Die DSW21 Leitwarte Stadtgarten für Bus und Bahn

Wie das umfangreiche Stadtbahnnetz, bestehend aus unterirdischen Tunnelanlagen und oberirdischen Strecken mit etwa 100 km Länge, aber auch das noch umfangreichere Busnetz überwacht wird, können wir bei einem Besuch der zentralen Betriebsleitstelle am U-Bahnhof Stadtgarten sehen.
Dort wird mittels zahlreicher Monitore der Verkehr der Bahnen und Busse kontrolliert.
Welche Möglichkeiten den Mitarbeitern zur Verfügung stehen, werden wir vor Ort erfahren.

Exkursion
Veranstaltung 151-51214
Andreas Peters
Treffpunkt: Stadtbahnbahnhof Stadtgarten (oben in der Eingangshalle am Fahrkartenautomaten), Dortmund
Mittwoch, 08.04.15, 17.00-18.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Naturnahe Umgestaltung: Die Deponie Westfalenhütte

Neben der Halde Schleswig in Asseln wird in Kirchderne die ehemalige Deponie der Westfalenhütte von ThyssenKrupp aufwändig gesichert und renaturiert. Über Jahrzehnte wurden hier sechs Schlammteiche betrieben, in die Brauchwasser der Stahlproduktion gepumpt wurde. Die Stoffe, die sich dabei abgesetzt haben, wurden mittlerweile verkapselt und zu Hügeln aufgeschüttet.
Der Deponiebereich wird nun begrünt und soll zukünftig der Öffentlichkeit freigegeben werden.
Über die Sicherungsmaßnahmen, aber auch über die Geschichte der Deponie, auf der man mittlerweile sogar Rehe und eine seltene Orchideenart finden kann, informieren wir uns bei einer Begehung.
Bitte festes, robustes Schuhwerk (da Baustelle) und wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51216
Andreas Peters
Scharnhorst
Treffpunkt: Vor dem Pförtner der Fa. CEMEX, Im Karrenberg 36
Dortmund-Kirchderne
Freitag, 24.04.15, 15.00-16.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Baustelle: Der Umbau des Museums für Naturkunde

Das 1980 am Fredenbaum eröffnete Naturkundemuseum ist in die Jahre gekommen. Nach einer Betriebszeit von über 30 Jahren zeigten sich erhebliche altersbedingte Mängel am Gebäude und der technischen Ausstattung sowie an der Dauerausstellung. So wird das mit Blick auf die Besucherzahlen beliebteste Museum Dortmunds modernisiert und wurde daher Ende September 2014 für zwei Jahre geschlossen.
Rund 7,3 Mio. Euro soll die Gebäudesanierung und -erweiterung sowie die Modernisierung der Dauerausstellung kosten.
Während des Umbaus können wir uns über den aktuellen Zustand und die geplanten Maßnahmen informieren.
2016 ist eine weitere Begehung nach der Fertigstellung geplant.
Wichtig: Festes Schuhwerk (da Baustelle) und unempfindliche Kleidung!

Exkursion
Veranstaltung 151-51218
Andreas Peters
Treffpunkt: Museum für Naturkunde, Münsterstr. 271, Dortmund-Nordstadt
Dienstag, 09.06.15, 17.00-19.00 Uhr
2 UStd., 11,00 Euro

Baustelle Stadtbahn U47: Untertunnelung der B1 in Aplerbeck

Von der B 236 bis zum Autobahnkreuz Dortmund/Unna soll die B 1 zur 6-spurigen Autobahn ausgebaut werden. Daher wird derzeit die Kreuzung der Stadtbahnstrecke U 47 mit der B 1 im Bereich der Marsbruchstraße beseitigt und durch einen 267 m langen Tunnel ersetzt. Die bisherigen Haltestellen „Vahleweg" und „Allerstraße / Westfälische Klinik für Psychiatrie" werden dann zu einer Haltestelle in neuer Lage zusammengefasst. Daran anschließend wird die Stadtbahn in der Marsbruchstraße zweigleisig bis zum Knoten „Allerstraße" ausgebaut.
Über das umfangreiche, rund 34 Mio. Euro teure Projekt können wir uns bei einer Baustellenbegehung informieren.
Wichtig: Festes Schuhwerk (falls vorhanden, Sicherheitsschuhe) und wetterfeste Kleidung!

Exkursion
Veranstaltung 151-51220
Andreas Peters
Aplerbeck
Treffpunkt: LWL-Klinik, Marsbruchstr. 179, Haus 6, 1. Etage (Baubüro),
Montag, 22.06.15, 14.00-16.45 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Die Umgestaltung der Halde Schleswig

Unbrauchbares Gestein der Zeche Schleswig sorgte zu Beginn für die Entstehung der gleichnamigen Halde. Später wurde hier u.a. Schlacke und Bauschutt von den Hüttenwerken abgelagert, zuletzt von der ThyssenKrupp Steel AG.
Mittlerweile sind die Bauarbeiten zur Rekultivierung und Modulierung der Haldenoberfläche bereits weit vorangeschritten und die Halde steht kurz vor der Fertigstellung.
Geschichte und Gegenwart der Halde als auch deren Zukunft als Naherholungsgebiet mit Spazierwegen lernen wir bei einer „Besteigung des Gipfels" mit seiner grandiosen Aussicht kennen.
Wichtig: Festes, unempfindliches Schuhwerk (z.B. Wanderstiefel) und wetterfeste Kleidung tragen.

Sommer-VHS
Exkursion
Veranstaltung 151-51222
Andreas Peters
Brackel
Treffpunkt: Eingangsgebäude Deponie Schleswig ThyssenKrupp Steel AG, Aplerbecker Straße, Dortmund-Asseln
Freitag, 03.07.15, 15.00-17.45 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Umbau der Stadtbahnanlage Hauptbahnhof

Wichtiger Bestandteil der Modernisierung des Hauptbahnhofes ist die Erweiterung der Stadtbahnanlage aus dem Jahre 1984 durch die Stadt Dortmund. Aufgrund stark gestiegener Fahrgastzahlen wird dieser Bahnhof in seiner heutigen Form seiner Aufgabe nicht mehr gerecht. Seit Anfang 2014 laufen nun die umfangreichen Arbeiten, die u.a. eine Verbreiterung der Bahnsteige, den Einbau neuer Treppen- und Aufzugsanlagen und die Erneuerung des Brandschutzes vorsehen. Vor Ort informieren wir uns über die Baumaßnahmen, die größtenteils unterirdisch stattfinden.
Wichtig: Festes Schuhwerk (falls vorhanden, Sicherheitsschuhe) und wetterfeste Kleidung!

Exkursion
Veranstaltung 151-51224
Andreas Peters
Treffpunkt: Hauptbahnhof Dortmund, Nordausgang, Baubüro im Container gegenüber Cinestar,
Paul-Winzenstr. / Ecke Quadbeckstr.
Donnerstag, 18.06.15, 15.00-16.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Der Dortmunder Großmarkt – Handel mit Tradition

Der erste Großmarkt entstand 1922, damals noch mitten in der Stadt. Der fehlende Gleisanschluss und die Zerstörung im 2. Weltkrieg sorgten 1952 für Neubau und Umzug auf das Gelände am Bahnhof Dortmund-Süd. Die Hallen im Pavillonstil, das sog. „Dortmunder Modell" mit der Warenanlieferung per Bahn- und LKW an der Rückfront und dem Verkauf an der Vorderseite, fanden in den folgenden Jahren mehrfach Nachahmung in Europa.
Seit 1976 gehören die Anlagen der Großmarkt Dortmund eG (eingetragene Genossenschaft), deren Mitglieder die auf dem Markt ansässigen Unternehmen sind. Hinter dem nostalgischen Pförtnerhäuschen aus den 50er Jahren beginnt eine eigene Welt, die wir früh am Morgen kennen lernen, wenn der Handel von Obst und Gemüse, Fleisch und Fisch am aktivsten betrieben wird.
Bitte festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51226
Andreas Peters
Treffpunkt: Großmarkt Dortmund, Heiliger Weg 60 (Einfahrt bei Mr. Wash) hinter dem Pförtner vor der Großmarktverwaltung
Freitag, 12.06.15, 5.00-6.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Das DFB-Fußballmuseum

Nach der Fußball-Weltmeisterschaft 2006 in Deutschland entschloss sich der Deutsche Fußball-Bund (DFB), ein deutsches Fußballmuseum zu errichten. Ziel ist es, der Fußballgeschichte einen dauerhaften öffentlichen, musealen Raum zu geben. Aus 14 Städten, die sich für das Museum beworben hatten, wählte der DFB im Jahre 2007 Dortmund aus. Baubeginn für das Museumsgebäude, das auf dem Gelände des ehem. Busbahnhofs gegenüber dem Dortmunder Hbf entsteht, war im September 2012. Über das Museum, das 2015 eröffnet werden soll, können wir uns vor Ort informieren.
Wichtig: Bitte festes Schuhwerk tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51228
Andreas Peters
Treffpunkt: Harenberg City Center (unten im Foyer beim Pförtner)
Königswall 21
Dienstag, 10.02.15, 15.00-17.45 Uhr
4 UStd., 8,00 Euro

Umbau Emschersystem – Baustelle Abwasserkanal Emscher

Eine wesentliche Voraussetzung für den Umbau des Emschersystems ist die Verlegung der Abwässer unter die Erde, damit die oberirdische Emscher und ihre Nebenflüsse wieder in naturnahe Gewässer umgebaut werden können.
Dazu benötigt man u.a. einen großen Abwasserkanal parallel zur Emscher, der auf 51 km Länge von der Kläranlage Dortmund-Deusen bis zum Klärwerk Emschermündung in Dinslaken in Tiefen von 8 bis 40 m derzeit verlegt wird. Wir haben die Gelegenheit, eine Baustelle des sogenannten Emscherkanals, der bis 2017 fertiggestellt sein soll, zu besichtigen.
Sie sollten gut zu Fuß sein und keine Höhenangst haben.

Exkursion
Veranstaltung 151-51230
Andreas Peters
Treffpunkt in Castrop-Rauxel, Gelsenkirchen oder Oberhausen wird noch bekannt gegeben. Anmeldungen sind bereits möglich.
Montag, 15.06.15, 14.00-15.45 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Kleine Hafen-Fahrradtour

Gebaut für den Umschlag von Erz und Kohle hat sich das Bild des Kanals und des Dortmunder Hafens in den Zeiten des Strukturwandels verändert – das wollen wir er"fahren"! Nach einer Kurzführung im Alten Hafenamt geht es auf die Räder am Stadthafenkai vorbei zum Stahlanarbeitungs-Zentrum und am Kanalhafen zum Container Terminal Dortmund. Anschließend über die Stadthafenbrücke zum Kohlenhafen und weiter zum Marx- und Mathieshafen. Weiter zur Schiffswerft am Kanalhafen und über die Franziusbrücke zu den Alten Drehportalkränen am Petroleumhafen.
Es ist eine leichte Tour.
Die Führung zeigt verborgene Orte und unbekannte Szenerien. Geboten werden aktuelle Daten und Fakten zu verschiedensten Firmen und Produkten, aber auch historische Anekdoten und Vergnügliches aus der über 100 jährigen Geschichte des Dortmunder Hafens.

Exkursion
Veranstaltung 151-51232
Ute S. Iserloh
Treffpunkt: 17:00 Uhr, Altes Hafenamt, Sunderweg 130, Endpunkt: Petroleumhafen
Samstag, 25.04.15, 17.00-19.15 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Wanderung durch den größten Kanalhafen Europas!

Vor fast 110 Jahren begannen hier, damals noch Weideland umsäumt von Pappelbäumen, die Bauarbeiten für einen Teil der größten Baustelle in Preußen: dem Dortmund-Ems-Kanal. Gebaut für den Import von Erz und den Export von Kohle und Stahl.
Das Bild des Kanals und Dortmunder Hafens hat sich in den Zeiten des Strukturwandels verändert – von der Produktion zum Dienstleistungs- und Logistikgewerbe.
Nach der Besichtigung des Alten Hafenamtes geht es zum Container Terminal Dortmund (CTD) und zum Stahlverarbeitungszentrum (SAZ), um den Schmiedinghafen und den Stadthafen herum bis in die Speicherstraße.

Exkursion
Veranstaltung 151-51234
Ute S. Iserloh
Treffpunkt: 18:00 Uhr, Altes Hafenamt, Sunderweg 130
Donnerstag, 09.04.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Radio 91.2 erleben!

Am 14. September 1991 ging das Dortmunder Lokalradio auf Sendung. Seitdem gibt es täglich rund acht Stunden Programm wie z. B. „Dortmund am Morgen" und das Programm „Dortmund am Nachmittag".
Aber auch der „Bürgerfunk" und die Live-Übertragungen der Fußballspiele von Borussia Dortmund gehen über den Sender.
Bei einem Rundgang durch die Räume des Lokalradios zeigt sich modernste Aufnahmetechnik in den Studios kombiniert mit kreativem journalistischem Potenzial der Macher.

Exkursion
Veranstaltung 151-51236
Ute S. Iserloh
Treffpunkt: 17.00 Uhr, Medienhaus Lensing, Haupteingang/Service Center Silberstr. 21
Dienstag, 10.02.15, 17.00-18.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Stadtgang Jüdisches Leben – gestern & heute

Ein Stadtgang an ehemalige Orte jüdischen Lebens in Dortmund, mit Geschichten, Informationen und Anekdoten angereichert.
Der Rundgang endet an der Jüdischen Kultusgemeinde an der Prinz-Fiedrich-Karl-Straße.

Exkursion
Veranstaltung 151-51238
Ute S. Iserloh
Treffpunkt: 17:45 Uhr, Platz der Alten Synagoge, Opernvorplatz
Dienstag, 17.03.15, 17.45-19.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Frauen entdecken ihre Stadt – (Bauern)-Höfe in Dortmund

In Dortmund gibt es noch viele, alte Bauernhöfe. Einige davon werden wir entdecken! Das Motto des Schultenhof lautet: Leben und Arbeiten auf einem ökologischen Betrieb. Dort finden in dem Wohnheim 24 behinderte Menschen ein neues zu Hause und tragen tatkräftig zum Erfolg des Hofes bei. In der landwirtschaftlichen Getreidebrennerei Dinsing werden seit 1864 feine Spirituosen aus hochwertigem Getreide in eigener Produktion hergestellt. Hofeigene Produkte werden auf dem Hof Mertin produziert.
Das Gut Königsmühle befindet sich in Trägerschaft des Pädagogisch Sozialen Zentrums Dortmund e.V. auf einem denkmalgeschützten ehemaligen Zechengut; ein Ort, an dem eine Vielfalt an sozialer Arbeit einen besonderen Lebensraum stiftet.
Der Hof Lüning ist seit Generationen ein traditioneller Familienlandwirtschaftsbetrieb mit Ackerbau, Schweinemast, Legehennen auf Bodenhaltung und Direktvermarktung.

Exkursion
monatlich
Veranstaltung 151-51240
Ute S. Iserloh
Treffpunkt: Mo, 23.03.15, 17.00 Uhr
Schultenhof, Stockumer Straße 109
44225 Dortmund-Renninghausen
Weitere Termine: 20. April, 18. Mai, 22. Juni, 6. Juli jeweils um 17.00 Uhr.
Vor Ort fallen Extrakosten in Höhe von 3,00 Euro an.
5 x Montag, ab 23.03.15
17.00-21.15 Uhr, 25 UStd.
35,00 Euro

Unterwegs rund um Dortmund...

Vorherige Anmeldung erforderlich!

Duisburg: Hafenrundfahrt und Museumsbesuch

Nach einer Besichtigung der Museumsschiffe Oskar Huber, dem letzten erhaltenen Radschleppdampfer, und Minden, einem alten Eimerkettendampfbagger, geht es mit dem Schiff raus auf den Rhein und rein in den Duisburger Hafen. Nach der Hafenrundfahrt besuchen wir das Museum der Deutschen Binnenschifffahrt, das in einem originalgetreu restaurierten Jungendstil-Hallenbad untergebracht ist. Hier lernen wir bei einer Führung in Deutschlands größtem und umfangreichstem Museum zur Binnenschifffahrt die Geschichte und Gegenwart dieses Verkehrsträgers in anschaulicher Weise kennen.
In der Kursgebühr ist der Museumseintritt, die Führungen und die Hafenrundfahrt enthalten.
Gemeinsame Anfahrt mit der Bahn (bei Bedarf mit Gruppenticket gegen Entgelt, ca. 7,00 - 9,00 Euro, wird vor Ort eingesammelt).
Bitte wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51250
Andreas Peters
Duisburg
Treffpunkt: Hauptbahnhof Dortmund vor dem DB-Reisezentrum
Samstag, 25.04.15, 8.50-18.00 Uhr
8 UStd., 31,00 Euro

Der Hindutempel in Hamm – Vortrag und Exkursion

Im westfälischen Hamm befindet sich seit einigen Jahren der größte hinduistische Tempel Kontinentaleuropas.
Er stellt für die hier lebende Hindudiaspora einen europaweiten Anziehungspunkt dar.
Der Tempel ist im Stile südindischer Tempelanlagen errichtet und somit auch architektonisch beeindruckend.
Am Vorabend der Exkursion werden in einem Vortrag in der VHS der Tempel, die darin praktizierte Richtung des Hinduismus und die verehrte Göttin vorgestellt.
Am darauffolgenden Samstagvormittag treffen wir uns am Tempel in Hamm, wo wir einen hinduistischen Gottesdienst (Pooja) miterleben.
In der Abendveranstaltung können Fahrgemeinschaften gebildet werden.
Es entstehen Fahrtkosten.

Exkursion
Veranstaltung 151-51252
Björn Muntzeck
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 19.30-21.00 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-14.00 Uhr
8 UStd., 15,00 Euro

Bildungsurlaub kompakt: Neue Perspektiven mit dem KulturKanal?

Veränderung im Ruhrgebiet ist zum Alltag geworden, seit dem Weggang von Opel und Nokia ist schon der zweite Strukturwandel im Gang. Der Weg des Wandels ist immer kurvenreich, nirgends in Deutschland lässt er sich besser verfolgen als im Ruhrgebiet. Eine Achse dieses Wandels: Das Kanalsystem, einst nur Straße für die Binnenschifffahrt, ist es heute als KulturKanal Erlebnispassage für Kultur, Freizeit und Tourismus. Der Bildungsurlaub will drei Tage lang den Wandel entlang des Kulturkanals untersuchen, hinterfragen, erfahren, erleben und in Gesprächen mit Verantwortlichen vertiefen. Nach einer Einführung in der VHS findet die Veranstaltung draußen statt, am jeweiligen Ort des Geschehens, im Gespräch mit Akteuren des Strukturwandels. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet. Der Referent ist Historiker, lebt in Essen und in der Eifel, arbeitet seit vielen Jahren freiberuflich als Autor, in der Erwachsenenbildung und als Exkursionsleiter. Der Kurs entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dem Kurs kann Bildungsurlaub beantragt werden. Eine Anmeldebestätigung mit Programmablauf für den Arbeitgeber wird nach Anmeldung zugeschickt.

Bildungsurlaub – **Sommer-VHS**
Veranstaltung 151-51254
Christoph Wilmer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Montag / Dienstag / Mittwoch
ab 22.06.15, 9.00-16.30 Uhr, 24 UStd.
30,00 Euro

Interkulturelle Fahrradtour durch Dortmund

In Dortmund leben Menschen aus über 130 Nationen. Die meisten Dortmunder haben ein italienisches Lieblingsrestaurant oder eine bevorzugte türkische Dönerbude. Aber wo leben die vielen anderen Kulturen, die nicht so sehr durch Kulinarisches hervorstechen? Sie haben natürlich auch Orte, an denen sie bevorzugt zusammenkommen, um ihre Kultur oder Religion zu pflegen. Nur sind diese Orte den meisten unbekannt. Oder kennen Sie das Dortmunder Portugiesenviertel, das thailändische Kloster oder den tamilischen Hindutempel in Dortmund?
Die Fahrradtour beginnt an der U-Bahnstation „Reinoldikirche“ und endet auch dort. Die Tour erstreckt sich im Bereich der Dortmunder Innenstadt und ist 9 km lang. Pausen und Besichtigungszeiten sind eingeplant.

Exkursion
Veranstaltung 151-51242
Björn Muntzeck
Treffpunkt:
U-Bahnstation Reinoldikirche
Samstag, 13.06.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 8,00 Euro

Reiseeindrücke aus aller Welt

Vorherige Anmeldung erforderlich!

Eine Reise durchs antike und heutige Jordanien

Seit dem Friedensabkommen 1994 zwischen Israel und Jordanien schenken Tourismusmanager und Reisende dem Land jenseits des Jordan mehr und mehr Aufmerksamkeit.
Den einen reizt das geschichtliche Erbe der Region vom biblischen Mount Nebo über das achte Weltwunder, die Hauptstadt der Nabatäer, Petra, bis hin zu den Kreuzritterburgen des frühen Mittelalters.
Andere begeistern sich mehr an der landschaftlichen Vielfalt Jordaniens, dem Toten Meer, den schroffen Höhen im Westen oder der stillen Schönheit des Wadi Rum am Rande der saudischen Wüste.
Der Referent geht ein auf die Geschichte und Gegenwart des Landes, die unterschiedlichen Regionen und die verschiedenen Menschen und Völker und deren nahöstliche Gastfreundschaft dem Fremden gegenüber.

Vortrag
Veranstaltung 151-51300
Clemens Schmale
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15, 19.30 Uhr
7,00 Euro

Reiseeindrücke aus aller Welt Vorherige Anmeldung erforderlich!

Kuba-Rum, Rhythmus und Revolution

Kuba hat mehr zu bieten als weiße Strände, guten Rum und edle Zigarren. Über 5700 km Küstenlinie umrahmen Bergketten von fast 2000 m Höhe, 100 Naturschutzgebiete und sechs Regionen, die zu Weltbiosphärenreservaten erklärt wurden.
Auch an kolonialer Architektur übertrifft die einstige Zuckerinsel so manches Land Lateinamerikas, denn viele Städte reihen sich ein in die Liste der UNESCO-Weltkulturerbestätten, darunter Trinidad, Cienfuegos, Camagüey und Santiago.
Gar nicht zu reden von der Metropole La Havana, die Piraten und Guerilleros in ihren Bann gezogen hat, Diktatoren und Mafiosi, aber auch weltbekannte Dichter wie Ernest Hemingway und Graham Greene.
Der Referent reist seit 1978 durch den amerikanischen Kontinent und trotz eines bewaffneten Raubüberfalls samt Entführung in Honduras kehrt er immer wieder nach Lateinamerika zurück.

Vortrag
Veranstaltung 151-51302
Clemens Schmale
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 28.04.15, 19.30 Uhr
7,00 Euro

Warum in die Ferne schweifen? Ausflugsziele in NRW

Der Essener Reisebuchautor Michael Moll verliert sein Heimatbundesland NRW nicht aus den Augen und schrieb zahlreiche Wanderbücher und Freizeitführer für Nordrhein-Westfalen. An diesem Abend nimmt er Sie mit auf eine Reise von A(achen) bis Z(ons). Erleben Sie die Weltkulturerben der Unesco innerhalb von NRW.
Wandern Sie über die Berge des Sauerlands. Besichtigen Sie die Schlösser und Museen in Westfalen.
Entspannen Sie sich bei den Ausblicken auf den Rhein von den Hügeln im Siebengebirge.
Radeln Sie auf den Bahntrassen im Ruhrgebiet. Erfahren Sie, warum es sich lohnt, am Westfalen-Diplom teilzunehmen.
Neben den klassischen Sehenswürdigkeiten erfahren Sie in dem multimedialen Vortrag nicht nur, was Konfluenzpunkte sind, sondern auch, wo sich diese in NRW befinden.

Vortrag
Veranstaltung 151-51304
Michael Moll
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15, 19.30 Uhr
7,00 Euro

Foto: Schaefer-Design

Volkshochschule in der Justizvollzugsanstalt

Die Kurse in der Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21 sind für externe Teilnehmer/innen nicht zugänglich!

Leben hinter Gittern

Interpersonale Wahrnehmung, Selbsteinschätzung, Selbstbeurteilung

Veranstaltung 151-51600
Dany Morales Oquendo
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
10 Dienstag + Mittwoch, ab 03.02.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
entgeltfrei

Spanisch für Anfänger

Veranstaltung 151-51602
Dany Morales Oquendo
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
10 x Dienstag, ab 10.03.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
entgeltfrei

Veranstaltung 151-51603
Dany Morales Oquendo
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
8 x Dienstag, ab 30.06.15
9.30-11.45 Uhr, 24 UStd.
entgeltfrei

Deutsch für Zuwanderer und Zuwanderinnen

Veranstaltung 151-51604
Dany Morales Oquendo
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
10 x Mittwoch, ab 11.03.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
entgeltfrei

Veranstaltung 151-51606
Dany Morales Oquendo
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
8 x Mittwoch, ab 01.07.15
9.30-11.45 Uhr, 24 UStd.
entgeltfrei

Computerkurs - Wir lernen Windows 7 kennen

Veranstaltung 151-51608
Dany Morales Oquendo
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
10 Dienstag + Mittwoch, ab 26.05.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
entgeltfrei

Schreibwerkstatt

Veranstaltung 151-51610
Frank Wendt
Justizvollzugsanstalt, Lübecker Str. 21
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
9.00-12.00 Uhr, 40 UStd.
entgeltfrei

Geschichte

Fachgruppenleitung
Frank Scheidemann
(0231) 50-2 56 16
fscheidemann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

Geschichte global: Ägypten

Ägypten-Matinee 1

Bei der folgenden Matinee handelt es sich um eine Kooperationsveranstaltung mit den Bereichen Ägyptologie, Geschichte und Kunstgeschichte.
Der Ägyptologe Rouven Müller, der Historiker Malte Pattberg und die Kunsthistorikerin Reintje Brenders, werden durch die Matinee führen und jeweils ihren Aspekt zu dem Thema „**Napoleon in Ägypten**“ beleuchten.

In einer Pause werden Brötchen, Kuchen, Kaffee und Getränke gereicht, die im Entgelt enthalten sind.

Die große „Napoleon in Ägypten“-Matinee

Napoleon Bonaparte brach 1798 mit einer Armee nach Ägypten auf. Ersten militärischen Erfolgen zum Trotz mündete der Feldzug in ein Debakel, das Napoleons Karriere hätte vorzeitig beenden können.

Doch in der Erinnerung der Öffentlichkeit blieben die positiven Folgen, die Napoleons Ägyptenfeldzug etwa für die Erforschung der ägyptischen Kultur besaßen: Der Grundstein für die Wissenschaft der Ägyptologie wurde von den Forschern gelegt, die Napoleon begleiteten; darüber hinaus löste die Expedition in der westlichen Welt eine wahre Ägyptomanie aus, die sich auch in der zeitgenössischen Kunst und Architektur widerspiegelt.
Die Matinee schildert die historischen Ereignisse des Napoleonischen Ägyptenfeldzuges, seine Bedeutung für die moderne Ägyptologie und die Auswirkungen auf Kunst und Mode jener Zeit.

Veranstaltung 151-52100
Rouven Müller/Reintje Brenders/Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 15,00 Euro

Ägypten-Matinee 2

In loser Folge werden jeweils an einem Samstagmittag Themen der altägyptischen Kunst und Geschichte vorgestellt, die Meilensteine in der Menschheitsgeschichte darstellen.
Die Ägypten-Matinee soll einen ersten Eindruck von der Ägyptologie vermitteln und neugierig auf mehr machen. In zwei Blöcken von jeweils einer Stunde, mit einer Kaffeepause dazwischen, soll ein Gesamteindruck einer Epoche oder Thematik entstehen.

In der Pause wird es Kaffee, Tee, Erfrischungsgetränke, Brötchen und Kuchen geben, die im Entgelt enthalten sind.

Geheimakte Achetaton – Der Fall Amarna

Das Ende der 18. ägyptischen Dynastie in der zweiten Hälfte des 14. vorchristlichen Jahrhunderts liegt in vielerlei Hinsicht für die Ägyptologie im Dunkeln.

Ursache hierfür ist eine als „Amarnazeit“ bekannte Epoche, in der unter der Herrschaft Amenhoteps IV., besser bekannt als Echnaton, bereits lang schwelende innenpolitische Spannungen und gesellschaftliche Konflikte eskalieren. Es ist eine Zeit, die der damalige Ägypter wohl durchaus als „Ausnahmezustand“ wahrgenommen haben mag. Spätere Generationen „retuschieren“ diese unliebsame „Kapriole“ der Geschichte der altägyptischen Zivilisation. Daher ist die Quellenlage eher dürftig. Vom status quo der Blütezeit Amarnas ausgehend stellt dieser Vortrag die Faktenlage zusammen und widmet sich der Frage, welche Umstände zum Scheitern der Visionen des Königshauses und somit zum Ende der Amarnaepoche geführt haben.

Veranstaltung 151-52108
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 15,00 Euro

MAAT III

„Maat“ ist in der Vorstellungswelt des Altägypters ein zentraler Begriff. Als weibliche Gottheit verkörpert, taucht er in königlichen Opferritualen ebenso auf, wie im Totengericht. Völlig unzulänglich übersetzen wir das von einer Wortwurzel für „richten“ oder „lenken“ stammende „Maat“ mit Wörtern wie „Wahrheit“, „Gerechtigkeit“ oder „Ordnung“. Dabei ist Maat im altägyptischen Denken dieses alles und weitaus mehr! Die Veranstaltung versucht, sich Schritt für Schritt dem Begriff „Maat“ und der damit verbundenen Vorstellungswelt des Altägypters anzunähern und seine Bedeutung für die altägyptische Gesellschaft zu ergründen.

Veranstaltung 151-52101D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Mittwoch, ab 04.02.15
16.45-18.15 Uhr
12 UStd., 24,00 Euro

Manethos Erben – Die Chronologie der altägyptischen Geschichte VIII

Über 3000 Jahre umfasst die Geschichte der antiken Kultur des Niltals. Dass Ägyptologen in vielen Bereichen über präzise Kenntnisse verfügen, beeindruckt umso mehr, wenn man weiß, mithilfe welcher Hilfsmittel und Quellen sie gewonnen wurden – naturwissenschaftliche Datierungsmethoden finden in der Ägyptologie kaum Anwendung, da sie zu ungenau sind. Von den Fortschritten und Problemen der Rekonstruktion der Geschichte der altägyptischen Kultur soll in dieser Veranstaltungsreihe gehandelt werden. Im Mittelpunkt dieser Fortsetzung stehen sowohl noch das Neue Reich, insbesondere die Postamarnaperiode, als auch der Übergang zur Spätzeit.

Veranstaltung 151-52102D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.30-20.00 Uhr
18 UStd., 36,00 Euro

Kampf der Magier: „Der Setnaroman" – Teil 2

Ein geheimnisvoller Bote erscheint am ägyptischen Königshof und besitzt die Stirn, den ägyptischen König mit einer schier unlösbaren Aufgabe herauszufordern; der Einsatz bei dieser Wette ist nichts geringeres als der Ruf des Pharao und somit ganz Ägyptens. Doch als sich alles zum Guten zu wenden scheint, offenbart sich das bizarre Spiel als Rachefeldzug und mündet in einem handfesten Magierwettkampf, dessen Wurzeln 1500 Jahre weit zurückreichen. Dieses spannende Fantasyabenteuer, das unter dem Namen „Zweiter Setnaroman" bekannt ist, ist uns auf einem demotischen Papyrus aus Römischer Zeit erhalten und wird in der Veranstaltung in Übersetzung gelesen, analysiert und interpretiert.

Veranstaltung 151-52103D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 04.02.15
20.15-21.45 Uhr
18 UStd., 36,00 Euro

Einführung in die mittelägyptische Sprache und Schrift: MÄG XII Aufnahme der Arbeit an Originaltexten

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um den Folgekurs zu Mittelägyptisch XI. Er richtet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen im Umfang einer vollständigen Grammatikeinführung und stellt einen abrundenden Abschlußkurs zur Einführung in die mittelägyptische Grammatik dar. Teilnehmer dieser Veranstaltung erhalten den „letzten Schliff" und versuchen ihre „ersten eigenen Schritte" an ausgewählten umfangreicheren Originaltexten in Umzeichnung oder an der Originalabbildung.

Veranstaltung 151-52104D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 11.02.15
18.30-20.00 Uhr
18 UStd., 32,00 Euro

Einführung in die mittelägyptische Sprache und Schrift (MÄG) VII

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um den Folgekurs zu Mittelägyptisch VI. Weiterhin sollen einfache Sätze und Satzmuster sowie Grundlagen der mittelägyptischen Grammatik im Fokus dieses Semesters stehen. Voraussetzung für die Teilnahme ist die abgeschlossene Teilnahme an Mittelägyptisch V bzw. Vorkenntnisse im Umfang der Vorgängerkurse.

Veranstaltung 151-52105D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 11.02.15
20.15-21.45 Uhr
18 UStd., 36,00 Euro

Der Aufbruch ins Fiktionale

Viele Generationen von Ägyptologen haben altägyptische Texte ganz nach Belieben als historische Quellen genutzt. Die kritische Hinterfragung der uns vorliegenden Texte bzgl. ihrer Historizität und damit auch ihrer aussagekräftigen Zuverlässigkeit bei der Rekonstruktion antiker Ereignisse geht einher mit einer recht jung geborenen Selbstreflexion und der literaturwissenschaftlichen Frage nach der richtigen Methode im Umgang mit dem antiken Textmaterial. Der Vortrag bildet den aktuellen Kenntnisstand in der Unterscheidung dokumentarischer Berichte und dichterischer Erzählungen ab, beschreibt die Methoden und demonstriert die sich daraus für die Wissenschaft ergebenden veränderten Folgerungen.

Vortrag
Veranstaltung 151-52106
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.02.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Gott – König – Mensch III

In der Gesellschaft der ägyptischen Antike nimmt der König eine zentrale Stellung ein und übernimmt eine wichtige Rolle, die mit einer großen Verantwortung verbunden ist. Seine Position ist also entgegen weit verbreiteter Meinungen ganz und gar nicht die eines Tyrannen und Willkürherrschers. Vielmehr ist seine Funktion mit der Ausübung von Rechten und der Wahrnehmung von Pflichten verbunden, von der nicht weniger als der Fortbestand der Welt und sogar die Götter selbst abhängig sind. Die Veranstaltung versucht, die Position und das Selbstverständnis der altägyptischen Pharaonen aufzuzeigen und den subtilen Wandel zu beschreiben, den dieses zentrale Amt im Laufe der Geschichte der antiken Niltalkultur nimmt.

Veranstaltung 151-52107D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Mittwoch, ab 25.03.15
16.45-18.15 Uhr
12 UStd., 24,00 Euro

Atlantis – Insel ohne Namen

Weithin bekannt ist die auf den griechischen Philosophen Platon zurückgehende Legende von der einst imposanten Insel Atlantis, die von einer apokalyptischen Katastrophe heimgesucht im Meer versank und ausgelöscht wurde. Bis heute befinden sich Menschen auf der Suche nach der versunkenen Kultur und ihrer sagenumwobenen Stadt Atlantis an den unterschiedlichsten Stellen der Weltmeere. Bisher war die Suche erfolglos; niemand hat Ruinen oder Schätze der Atlanter auf dem Meeresgrund gefunden. Ägyptologen haben das Geheimnis um Atlantis gelöst! Sie kennen den geheimnisvollen Ort, an dem Atlantis zu finden ist!
Der Vortrag taucht streng wissenschaftlich ein in eine Welt der Mysterien, um eines der letzten und größten Wunder der Menschheitsgeschichte zu lüften.

Vortrag
Veranstaltung 151-52109
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 07.05.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Kultorte II

Weit über 100 ägyptische Tempelbauten erstrecken sich vom Mittelmeer entlang des Nils durch ganz Ägypten und Unternubien hindurch bis hin zum vierten Katarakt. Noch heute stellen viele von ihnen als Besucherattraktion neben den Pyramiden und den Gräbern des Tals der Könige den größten Touristenmagneten Ägyptens dar. Ihre Erhaltungszustände sind extrem unterschiedlich, manche sind auch eher unscheinbar oder nicht zu Besichtigungszwecken zugänglich. Eine Auswahl solcher unzähliger heiliger Stätten soll in dieser Veranstaltung als Querschnitt den Teilnehmern vorgestellt werden.

Veranstaltung 151-52109D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Mittwoch, ab 20.05.15
16.45-18.15 Uhr, 12 UStd.
24,00 Euro

Crash-Kurs: Mittelägyptische Sprache und Schrift

Diese Intensivveranstaltung richtet sich an diejenigen, die an der altägyptischen Kultur, insbesondere ihrer Schrift und Sprache, interessiert sind, jedoch nicht über die Möglichkeit verfügen, behutsam und Schritt für Schritt das Mittelägyptische, die durch die gesamte ägyptische Antike hindurch verwendete Literatursprache, zu erlernen. Dieser Crashkurs führt in die Hieroglyphenschrift und die Grammatik des Mittelägyptischen mit dem Ziel ein, die Teilnehmer in wenigen Wochen in die Lage zu versetzen, in die Geisteswelt der Altägypter eindringen und die zumeist beschrifteten Kunstobjekte (besser) verstehen zu können. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, sich intensiv mit dem Erlernen von Schriftzeichen, Vokabeln und Grammatikregeln, vor allem über den eigentlichen Unterricht hinaus(!), zu beschäftigen.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-52110D
Rouven Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Mittwoch, ab 01.07.15
18.00-19.30 Uhr
12 UStd., 24,00 Euro

Geschichte global: Europa

Die Schlacht bei Waterloo

Die letzte Schlacht Napoleons gegen die Koalitionstruppen unter dem Duke of Wellington und Feldmarschall Blücher ist zum Synonym für eine vollständige Niederlage geworden. Besonders von englischer Seite wurde Waterloo zu einem entscheidenden Wendepunkt in der Weltgeschichte verklärt. Tatsächlich aber hätte ein Sieg Napoleons bei Waterloo das Ende seiner Herrschaft wohl nur etwas herausgezögert. In diesem Jahr jährt sich die Schlacht zum 200. Mal. Trotz ihrer Bekanntheit ist sie vor allem durch ihre Verklärung und Instrumentalisierung von großem Interesse.

Vortrag
Veranstaltung 151-52200
Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Die Nibelungen – Auf den Spuren von Siegfried & Co.

Fast jede Nation hat einen Mythos, der auf die eine oder andere Weise gepflegt wird. In Deutschland ist es das Nibelungenlied, welches besonders im 19. Jahrhundert die Gemüter bewegte. Heute gehört die Nibelungensage kaum noch zur Allgemeinbildung, obwohl sie auch heute noch die Gemüter erhitzen kann, wenn sich Forschung und Aberglaube gegenüber stehen. Der ausgewiesene Experte in Sachen Siegried und Co., der Buchautor Dirk Sondermann, hat sich auf Spurensuche begeben und Xanten, Worms, Lorsch, Regensburg, Budapest und andere Orte bereist, die mit den Nibelungen in Verbindung gebracht

werden. Freuen Sie sich auf eine kurzweilige und spannende Einführung in die geheimnisvolle Welt der Nibelungen und ihre literarischen und historischen Vorbilder.

Veranstaltung 151-52201
Diplom-Theologe Dirk Sondermann Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Montag, 02.03.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Skizzen zum autoritären Charakter des Kaiserreichs bis zum „Gotteskrieger" der Gegenwart.

Auf den Spuren des Sozialpsychologen Erich Fromm (u.a. „Anatomie menschlicher Destruktivität") und W. Staudtes DEFA-Film „Der Untertan" (nach Heinrich Manns Klassiker) erkunden wir die Genese des autoritär-destruktiven Charakters. Das deutsche Kaiserreich schuf sich vor 100 Jahren seinen idealen Untertanen: „Nach oben buckeln, nach unten treten!", lautet dessen Parole. Die Neigung zu Destruktivität und Gewalt setzt sich in der Gegenwart fort. Egal ob selbsternannter „Gotteskrieger" oder Neo-Nazi, beide machen sich zum „Untertan" ihrer fixen Ideologien und machen Jagd auf ihnen scheinbar unterlegene Menschen.
In der Konsumgesellschaft verbreitet sich dazu der „Marketing-Charakter", der sich selbst und seine Seele zu Markte tragen muss, um zu überleben.

Vortrag
Veranstaltung 151-52202
Dr. Torsten Reters
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Suffragetten auf dem Mond! Das frühe Kino als Spiegel von Zeitgeist und Gesellschaft zwischen 1895 und 1914.

Mit Hilfe bewegter Bilder der Kinopioniere Lumière, Meliès, Messter etc. lassen sich interessante Einblicke in das Leben der Jahre 1895 bis 1914 gewinnen.
Der Bogen spannt sich von der Welt der bürgerlichen Freizeitaktivitäten (vom Kartenspiel zum Varieté) bis zum harten Alltag der Arbeiter und Arbeiterinnen in Bergwerk und Fabrik. Wichtige gesellschaftliche und politische Ereignisse (Emanzipation der Frau, Boxerraufstand, Wettlauf zum Pol) werden ebenso kolportiert wie die neusten Erfindungen (Flugzeuge).
Der Vortrag zeigt, wie sich der Film von einer Jahrmarktsattraktion zur etablierten Kunst- und Unterhaltungsform entwickelte.
Ausgewählte Filmsequenzen geben faszinierende Einblicke in den Zeitgeist der „Belle Époque".

Vortrag
Veranstaltung 151-52204
Dr. Torsten Reters
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

„Hurra, wir leben noch!" Zeitgeist und Politik zwischen Kriegsende 1945, Wirtschaftswunder und Rock´n´Roll.

Themen wie „Schwarzmarkt", „Fraternisierung" und „Entnazifizierung" bewegen die Menschen unmittelbar nach Kriegsende. Die sog. „Trümmerfilme" geben noch heute interessante Einblicke in die Sorgen und Träume dieser Zeit: Starke, emanzipierte Frauen treffen darin auf psychisch schwache Männer – und zeigen ihnen, wie man überlebt. Mit den frühen 50er Jahren und dem einsetzenden „Wirtschaftswunder" ändert sich das gesellschaftspolitische Klima. Im „motorisierten Biedermeier" (Kästner) der 50er-Jahre will man von der realen und der moralisch-politischen Unordnung der Trümmerzeit nichts mehr wissen.
Mit Idealen aus dem 19.Jahrhundert à la „Sissy" setzt man in jeder Hinsicht auf „Ordnung" und „Sauberkeit".
Gegen diese neue Spießigkeit empören sich Teile der Jugend im „Rock´n´Roll"-Fieber.

Vortrag
Veranstaltung 151-52207
Dr. Torsten Reters
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 05.05.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Who ist who in der griechischen Götterwelt

Die wichtigsten Geschichten der Homerischen Epen, der Illias und der Odysee, sind vielen Menschen heutzutage bekannt. Die Mythologie des antiken Griechenlands ist jedoch viel umfangreicher. Auch wenn es in unserer Sprache viele Begriffe gibt, die ihren Ursprung in der griechischen Mythologie haben, sind wir uns dessen oft nicht bewusst.
Der Vortrag bietet einen Einblick in einige der weniger bekannten Sagen der Griechen, denen wir trotzdem immer wieder in unserem Alltag begegnen.

Vortrag
Veranstaltung 151-52209
Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 22.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

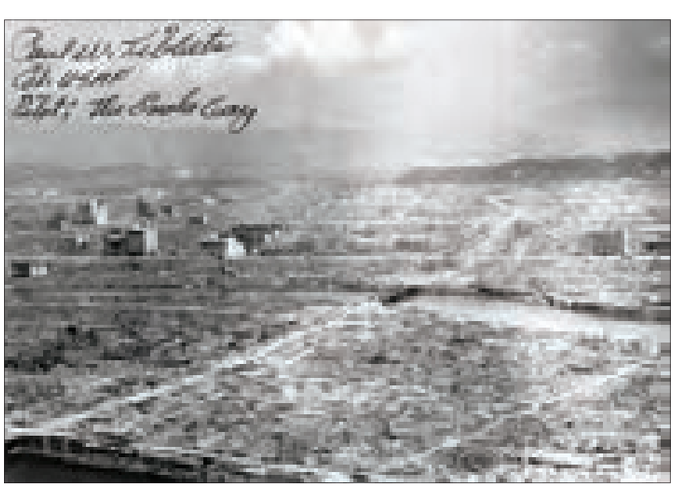


Foto: Paul W. Tibbets, Pilot: The Enola Gay

William Wallace – der Schottische Nationalheld

Durch den Film „Braveheart" wurde der Name des schottischen Unabhängigkeitskämpfers William Wallace auch außerhalb Schottlands und Englands bekannt. Leider vermied der Film die historischen Fakten so sehr, dass der von Mel Gibson dargestellte Wallace fast nichts mit der historischen Figur gemein hatte. Der Vortrag beleuchtet die Figur des historischen William Wallace, seine Bedeutung als Nationalheld Schottlands und die historischen Ereignisse, die an Spannung oft die Handlung des Films übertreffen.

Vortrag
Veranstaltung 151-52210
Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 05.06.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Der Ring der Nibelungen Ein deutscher Mythos im Spiegel der Geschichte von 1848 bis 1945.

Zwischen 1848 und 1872 entstand Richard Wagners „Ring" als Versuch, die Welt des 19. Jahrhunderts in Bezug auf ihre mythischen Wurzeln zu erklären.
Es geht schon im Vorspiel „Rheingold" – in germanische Sagenstoffe gekleidet – um Revolution und Anarchie, Kapitalismuskritik und Arbeiterelend. Wagners antisemitisch gefärbte Suche nach Erlösung und Erlösern à la „Siegfried" bereitete den Boden für das, was folgte.
Sein Schwiegersohn Chamberlain kreierte den rassistischen „Mythos des 19. Jahrhunderts". Im Ersten Weltkrieg hoffte Hindenburg und Ludendorff vergeblich auf die „Siegfried"-Stellung. Und der neue „germanische Erlöser" Hitler fand – vorlagegetreu – sein Ende in der „Götterdämmerung" des Mai 1945.

Vortrag
Veranstaltung 151-52211
Dr. Torsten Reters
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 16.06.15, 19.00-21.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Crash-Kurs: Mittelalter

Als eine Zeit edelster Ritterromantik verklärt oder als finstere Epoche barbarischer Grausamkeiten abgewertet, übt das europäische Mittelalter eine ungebrochene Faszination aus und dient als Vorlage für ganze Genres von Büchern, Filmen und Computerspielen, sowie als Inspiration für moderne Mittelaltermärkte.
Der Crash-Kurs bietet einen knappen Überblick über die wichtigsten Ereignisse und Entwicklungen einer Epoche, die mehr war als nur das dunkle Kapitel zwischen Antike und Neuzeit, als das es gelegentlich dargestellt wird.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-52212D
Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Freitag, ab 26.06.15
17.00-19.15 Uhr
15 UStd., 30,00 Euro

Geschichte global: Amerika

Abraham Lincoln

Vor 150 Jahren wurde Abraham Lincoln bei einer Theatervorstellung erschossen. Er hatte die USA durch den Bürgerkrieg, die bis heute schwerste Krise ihrer Geschichte, geführt. Dabei hatte er die Machtmittel zur Sicherung der Regierung aufs Äußerste ausgereizt, sich aber andererseits bereit gezeigt, möglich Kompromisse zu schließen. Seine wichtigste Entscheidung zur Befreiung der Sklaven in den Südstaaten setzte er konsequent durch, nachdem sie einmal getroffen war. Zu Lebzeiten oft angefeindet, begann fast mit dem Augenblick seiner Ermordung die Mythologisierung seiner Person.
Vortrag
Veranstaltung 151-52205
Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 17.04.15,
19.00-20.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Atombomben auf Hiroshima und Nagasaki

Der Abwurf der Atombomben auf Hiroshima und Nagasaki im August 1945 läutete ein Zeitalter ein, indem die völlige Selbstzerstörung der Menschheit erstmals zu einer realen Möglichkeit wurde. Seit dem, bisher zum Glück einzigen, Einsatz von Atomwaffen im Krieg, wurde auch die Diskussion um die Rechtfertigung für den damaligen Abwurf geführt. Der Vortrag thematisiert die Entwicklung, den Einsatz, die Opfer und die Folgen der Atombombenabwürfe.

Vortrag
Veranstaltung 151-52213
Malte Pattberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 07.08.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Geschichte lokal

Dorstfeld: Vom Ackerdorf zur Kleinstadt

Die Entwicklung Dorstfelds vom Ackerdorf zur Industriegemeinde ist typisch für die Entwicklung vieler agrarisch geprägter Ortschaften seit Mitte des 19. Jahrhunderts im Ruhrgebiet.
Der Arbeitskreis Dorstfelder Geschichte arbeitet seit Jahren im Rahmen von Volkshochschul-Seminaren an einer Dorstfelder Lokalgeschichte und hat durch Veröffentlichungen zur Zechen- und Bauerngeschichte auf sich aufmerksam gemacht. Er verfügt inzwischen über ein umfangreiches Archiv zur Geschichte Dorstfelds.
In diesem Semester wird die nächste Veröffentlichung als umfangreiche Chronik zur Ortsgeschichte fortgesetzt werden. Auch der historische Rundgang durch Dorstfeld wird weiter ausgebaut. Neue Interessenten sind herzlich willkommen.

Veranstaltung 151-52300D
Heinz-Bernd Michalski
Dorstfeld
Schulte–Witten–Haus, Wittener Str. 3
10 x Mittwoch, ab 07.01.15
17.00-20.15 Uhr
40 UStd., 25,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-52301D
Heinz-Bernd Michalski
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
2 x Samstag, ab 06.06.15
10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 15,00 Euro

Bergwerk Graf Wittekind – Eine Zeitreise in den vorindustriellen Bergbau auf Steinkohle

Der Steinkohlenabbau ging urkundlich belegt seit 1582 am Syburg in Dortmund um. Teile der weitläufigen Stollenanlage werden seit 1986 von Mitgliedern des Arbeitskreises Dortmund im „Förderverein Bergbauhistorischer Stätten" wieder der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Dunkelheit, Enge, Wasser und Schmutz, denen die „alten Bergleute" bei ihrer Arbeit ausgesetzt waren, werden für die Besucher wieder erlebbar. Wie schwer es ist, aus einem 60 cm mächtigen Flöz mit der Keilhaue Kohle zu lösen, kann jeder Exkursionsteilnehmer selbst ausprobieren, deshalb wird robuste Kleidung und Schuhwerk empfohlen. Es besteht die Möglichkeit zu fotografieren. Für Eintritt und Führung fallen 10,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-52302
Heinz-Ludwig Bücking
Hörde
Treffpunkt: Parkplatz gegenüber der Gaststätte „Roadstop" in Dortmund Syburg.
Samstag, 14.03.15, 14.00-16.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Schienengeschichte: 40 Jahre S-Bahn im Ruhrgebiet

Seit vielen Jahren werden in dieser Seminarreihe Straßen- und Eisenbahngeschichte(n) präsentiert. Beim letzten Seminar haben wir das Ruhrgebiet bereist. Nun wird diesmal wieder ein Thema aus Dortmund im Mittelpunkt stehen.
Die genaue Themenfestlegung wird mit den Teilnehmern am ersten Seminarabend besprochen.
Die spannende Geschichte der Eisen- und Straßenbahnentwicklung im Raum Dortmund wird den Teilnehmern wieder in der ganztägigen Exkursion am Samstag vor Ort deutlich werden.
Bei der Exkursion am Samstag werden wir uns Entwicklung und Stand des S-Bahn-Netzes in Dortmund ansehen.
An den beiden Dienstagen wird das Thema vor- und nachbereitet.

Exkursion
Veranstaltung 151-52303D
Heinz-Bernd Michalski/Rolf Swoboda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 05.05.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-17.30 Uhr
Dienstag, 12.05.15, 18.30-21.45 Uhr
16 UStd., 15,00 Euro

Der vergessene Weltrekord: Das größte Stahlgussstück der Welt

Ohne Stahlguss gäbe es keinen elektrischen Strom, Autos würden nicht über unsere Straßen rollen. Trotzdem ist der Werkstoff, der entscheidend zum technischen Fortschritt beigetragen hat, den meisten Menschen völlig unbekannt. Jakob Meyer entwickelte ab 1845 in Bochum das Herstellungsverfahren.
1984 wurde in der Stahlgießerei des Werkes Phönix der Hoesch AG in Hörde mit 650 Tonnen Flüssigstahleinsatz das weltweit schwerste Stahlgussstück abgegossen.
Der Vortrag zeichnet mit historischen Bildern und Filmen die lange technische Entwicklung nach.
Dabei steht die Stahlgießerei in Hörde und die Menschen, die dort arbeiteten im Mittelpunkt.

Vortrag
Veranstaltung 151-52304
Heinz-Ludwig Bücking
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 23.04.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Heimatkunde - Westfälische Juden und ihre Nachbarn - eine Ausstellung des Jüdischen Museums Westfalen in Dorsten

Thematisiert wird in dieser Ausstellung das Zusammenleben von Juden und Nichtjuden in Westfalen. Auch Juden haben ein besonderes Verhältnis zu ihrer Heimat. Geschichtliche Spuren aus dem 19. und 20. Jahrhundert zeichnen die verschiedenen Stationen der Sesshaftwerdung nach. Dabei werden ganz verschiedene Berufszweige wie Kaufleute, Dichter, Soldaten, Wandergesellen usw. vorgestellt und deren Lebenswege beschrieben. Die Ausstellung rückt nachbarschaftliche Nähe als Chance und Gefährdung der Jüdischen Minderheit ebenso in den Fokus der Betrachtung wie Heimatverlust, oder die Aneignung mehrerer Heimaten. Thematisiert werden aber auch Heimatrecht, Heimatliebe und auch Heimweh.

In Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-jüdische Zusammenarbeit und der AgNRW.

Exkursion
Veranstaltung 151-52500
Dr. Sabine Weicherding
Dorsten
Sonntag, 19.04.15,
13.00-19.00 Uhr, 6 UStd.
13,00 Euro

Anmeldung bis spätestens 29.03.2015

Die Phönizier

Das allgemeine Bild über die Phönizier wird geprägt von dem Klischee profitorientierter Händler, die sogar vor Kinderopfer nicht zurückschreckten. Dass es sich hierbei um Vorurteile handelt, möchte der Vortrag zur Geschichte und Archäologie der Phönizier aufzeigen.
Als bedeutende Seefahrer und Entdecker haben die Phönizier wie keine andere Kultur in der erste Hälfte des 1. Jahrtausends v. Chr. die Geschichte von der Levante bis zur Iberischen Halbinsel – und sogar darüber hinaus – maßgeblich beeinflusst.

Vortrag
Veranstaltung 151-52401
Dr. Dirk Paul Mielke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Archäologie

Geschichte und Archäologie der frühen Seefahrt im Mittelmeer

Das Mittelmeer gilt als verbindendes Element, das die Kulturen in den angrenzenden Regionen über alle Zeiten hinweg geprägt hat. Vor diesem Hintergrund nimmt die Geschichte und Archäologie der frühen Seefahrt in diesem Gewässer eine besondere Stellung ein. Wann gab es die ersten Boote? Wie sahen die aus? Welche Entfernungen konnte man damit zurücklegen? Auf der Grundlage unterschiedlichster Zeugnisse, die von Felsbildern bis zu Aufsehen erregenden Schiffswracks reichen, gibt der Vortrag einen Überblick zu diesen spannenden Fragen und zur frühen Seefahrt in der faszinierenden Region des Mittelmeers.

Vortrag
Veranstaltung 151-52400
Dr. Dirk Paul Mielke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Tartessos: Mythos und Realität

Nach der antiken klassischen Überlieferung war Tartessos eine Hafenstadt an der Südküste der Iberischen Halbinsel und galt als „Eldorado" am Ende der damals bekannten Welt.
Im deutschsprachigen Raum ist wenig bekannt über die spannende Entdeckung, Geschichte und Erforschung, die mit dem sagenumwobenen Tartessos verbunden sind.
Der Vortrag möchte diesen Umstand beseitigen und über den Mythos und die archäologische Realität von Tartessos informieren.

Vortrag
Veranstaltung 151-52402
Dr. Dirk Paul Mielke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 24.04.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Philosophie

Fachgruppenleitung:
Frank Scheidemann
(0231) 50-2 56 16
fscheidemann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

Philosophie-Salon

Der Philosophie-Salon ist ein Forum des Einübens in philosophisches Denken und Argumentieren. Ob es um aktuelle Fragen oder um Fragen nach Sinn, Lebensorientierung oder Moral geht – immer werden philosophische Perspektiven in die Diskussion eingebracht.
„**Diskutieren Sie mit!**" lautet die Devise des Philosophie-Salons.
Der Moderator strukturiert und steuert die Diskussion mit dem Ziel, möglichst alle Beteiligten mit einzubeziehen. Philosophische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Moderation:
Günter Link
Veranstaltungsort:
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
jeweils Sonntag, 11:00-13:15 Uhr

entgeltfrei

Veranstaltung 151-53101
Sonntag, 08.02.15

Veranstaltung 151-53102
Sonntag, 22.02.15

Veranstaltung 151-53103
Sonntag, 08.03.15

Veranstaltung 151-53104
Sonntag, 22.03.15

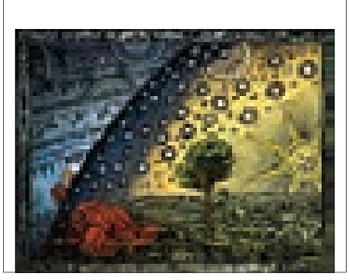
Veranstaltung 151-53105
Sonntag, 19.04.15

Veranstaltung 151-53106
Sonntag, 10.05.15

Veranstaltung 151-53107
Sonntag, 31.05.15

Veranstaltung 151-53108
Sonntag, 14.06.15

Veranstaltung 151-53109
Sonntag, 28.06.15



Orientierungswoche:

Philosophischer Gesprächskreis: Einführung in die Philosophie

Veranstaltung 151-53100
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 14.30-16.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Philosophischer Gesprächskreis: Einführung in die Philosophie

Nach Kant kann man nicht „Philosophie", sondern nur „philosophieren lernen". In solchem Erlernen kommt es einerseits erst durch das eigene philosophische Fragen zum Verstehen überlieferter Philosophien, andererseits aber erst in der Herausforderung durch sie zur Ausbildung des eigenen Fragens und zum Bewußtsein der geschichtlichen Vermittlung seiner Grundbegriffe. Die Kursteilnehmer sollen in diesem Sinne, ausgehend von der Frage nach dem systematischen und dem geschichtlichen Anfang des Philosophierens, einige ausgewählte Texte aus wesentlichen Entwicklungsstufen der Philosophiegeschichte gemeinsam diskutieren, um zuletzt philosophisch nach ihrem eigenen Fragehorizont zu fragen.

Veranstaltung 151-53202D
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 17.02.15
14.30-16.45 Uhr
18 UStd., 36,00 Euro

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-53203D
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 23.06.15
14.15-16.30 Uhr
18 UStd., 36,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Philosophie als Lebenskunst – Leben statt gelebt zu werden!

Ist das Leben, das wir leben, unser eigenes? Es wird bestimmt von Faktoren, auf die wir doch kaum Einfluss haben, von Mächten, die nach Belieben mit uns umzuspringen scheinen. Gleichwohl wird dieses Leben zu unserem eigenen, und wir allein sind – vor uns selbst – für dieses Leben verantwortlich. Aus diesem Grund versuchen wir, uns das Leben beizeiten selbst anzueignen, nach der Devise: Leben statt gelebt zu werden!
Das Thema dieses Kurses: Gestaltungsakzente für ein selbstbestimmtes Leben! Als Wegweiser zum Nachdenken und ggf. zum Umdenken dient uns die Beantwortung der kant'schen Fragen zur Philosophie: „Was können wir wissen? Was dürfen wir hoffen? Was sollen wir tun? Was ist der Mensch?"

Veranstaltung 151-53200D
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 02.02.15
19.30-21.45 Uhr
24 UStd., 36,00 Euro

Warum tun Menschen so häufig Dinge, die ihrem Glück zuwiderlaufen?

Menschen verfehlen ihr Glück häufig genau in dem Maße, in dem sie danach jagen. Sie scheinen die Bedeutung der Realisierung vieler Wünsche, die ihnen große Befriedigung vorgaukeln, nicht richtig einzuschätzen. So strebt der Mensch aufgrund archaischer Anlagen oft nach Sofortbefriedigung und meidet Anstrengungen und Widerstände, obwohl diese oft die Voraussetzung intensiver Freuden darstellen. Einem japanischen Sprichwort zufolge ist es häufig erfüllender „hoffnungsvoll zu reisen, als anzukommen" Aus diesem Grund sah Schopenhauer unser Dasein vor der Alternative, entweder Langeweile oder Schmerz erleiden zu müssen. In dem geplanten Seminar soll gezeigt werden, dass und wie Lebenskunst einen Ausweg aus diesem Dilemma ermöglicht.

Vortrag
Veranstaltung 151-53204
Dr. Anselm Vogt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Der Cartesianismus als Geburt der modernen Philosophie?

René Descartes (1596 -1650), gilt als der Begründer der modernen Philosophie. Durch sein berühmtes Diktum „cogito ergo sum" („ich denke, also bin ich") verleiht er der Metaphysik ein neues, philosophisches Fundament: das Selbstbewusstsein des denkenden „Ichs". Seine philosophische Aufführung führt ihn aber auch dazu, die Existenz von zwei voneinander verschiedenen ‚Substanzen' – Geist und Materie — konsequent zu behaupten. Dieser sogenannte Cartesianische Dualismus und ein mechanistisches Verständnis der Natur prägen immer noch unser Denken, sind aber auch stark kritisiert worden und lassen uns die Modernität und den innovativen Charakter der cartesianischen Philosophie in Frage stellen...

Vortrag
Veranstaltung 151-53201
Dr. Virginie Pektas
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 04.02.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Die autobiographischen Schriften des Jean-Jacques Rousseau

Der Philosoph und Schriftsteller Jean-Jacques Rousseau (1712-1778) gilt als einer der wichtigsten französischen Aufklärer des 18. Jahrhunderts. Sowohl seine philosophischen und politischen Schriften als auch seine Romane übten großen Einfluss auf Kant, Fichte, Goethe und Schiller aus. Doch stellte er ab 1765 seine philosophischen Aktivitäten ein, um sich der Verfassung autobiographischer Schriften zu widmen. Diese Schriften sind literarische Monumente, die das Verständnis des „Ichs" im folgenden romantischen 19. Jahrhundert ebenfalls maßgeblich beeinflusst haben. Sie sind aber auch im höchsten Maße verknüpft mit den früheren Werken Rousseaus. Sowohl die Motivation des Philosophen, die Philosophie aufzugeben, als jene philosophische Verknüpfung mit seinem Gesamtwerk wird Gegenstand dieses Vortrages sein.

Vortrag
Veranstaltung 151-53205
Dr. Virginie Pektas
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 04.03.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Die Anthropologie des „Komischen". Vom Wesen und der befreienden Kraft des Humors.

Der Sinn für Komik ist etwas exklusiv Menschliches. Warum lachen wir über das Schräge, Unpassende oder Widersprüchliche? Auf einer niedrigen Stufe des Witzes zeigt sich der Sinn für das Komische vor allem in der Schadenfreude, wenn wir das Komische an anderen Menschen wahrnehmen.
Zu einer humanen Haltung wird unser Sinn für das Komische im Humor, wenn wir das Schräge oder Paradoxe auch an uns selbst wahrnehmen und über uns selbst lachen können. Dann zeigt sich, dass die komischen Gegensätze zwischen Banalem und Erhabenen oder Profanem und Sakralem Ausdruck unserer „condtition humain", unserer merkwürdigen Stellung zwischen Geistigem und Animalischem sind. Im Humor erweisen wir uns als versöhnt mit unserer Natur und befähigt zum gelassenen Umgang mit uns und Anderen.

Vortrag
Veranstaltung 151-53206
Dr. Anselm Vogt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Die politische Theorie des Charles de Secondat, Baron de Montesquieu

Der französische Jurist, Rechts- und Geschichtsphilosoph Charles-Louis de Secondat, Baron de la Brède et de Montesquieu (1689 -1755) gilt als der Erfinder der Staatstheorie der Gewaltenteilung. In zahlreichen juristischen, soziologisch anmutenden, politischen aber auch literarischen Werken untersuchte er die Entstehung der Gesetze und unterstrich, dass jede politische Form sich aus natürlichen und geschichtlichen Bedingungen heraus erklären ließe, sowohl in ihrer Entstehung als auch in ihrer Entwicklung. Diese Interpretation, die eine Objektivierbarkeit gesellschaftlicher Verhältnisse voranstellte, erlaubte Montesquieu der Idee eines gemeinsamen Universalrechtes nachzugehen. Seine Analysen übten einen entscheidenden Einfluss auf die politischen und geschichtlichen Entwicklungen des 18. Jahrhunderts auf, die zur Französische Revolution führten.

Vortrag
Veranstaltung 151-53207
Dr. Virginie Pektas
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 15.04.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Wie man Gelassenheit erreichen und genießen kann

„Gelassenheit ist immer ein Gewinn, in jeder Lebensphase." ruft Wilhelm Schmid vom Platz. 1. der Bestsellerliste. Mit unserem Bittgebet und Schlachtruf „Forever young!" wird klar, wie wenig gelassen wir unser Leben zu genießen vermögen. Was können wir konkret tun, um uns mit mehr Gelassenheit auszustatten?

Vortrag
Veranstaltung 151-53208
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 20.04.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Die „reißende Zeit" in der dichterischen Sprache Hölderlins

Hölderlin begreift seine dichterische Sprache philosophisch, indem er ihr ein Moment „poetischer Prosa" zuschreibt, deren Anfänge man schon in seinen frühesten Gedichten finden kann und die er später im Sinne seines Über-sich-Hinausgerissenseins in die geschichtliche Zeit erfährt. Von 1802 bis 1806 prägt sie den Versuch eines Zyklus' von „Gesängen", deren Sprache diese Zerrissenheit sowohl aufhebt als auch immer stärker hervortreten läßt. Ausgehend von den Gedichten „Hälfte des Lebens" und „Andenken" vollzieht der Vortrag diese Entwicklungsgeschichte der Sprache an Beispielen aus allen Schaffensperioden Hölderlins nach, mit einem abschließenden Ausblick auf die Äußerungsweise seiner zweiten Lebenshälfte.

Veranstaltung 151-53209
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 21.04.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Eine Wiederverzauberung unserer Welt ist notwendig!

„Nur durch den Zauber bleibt das Leben wach." heißt es in Stefan Georges Gedicht „Der Mensch und der Druid". Kann der technisch-ökonomische Rationalismus das lebendige Leben reduzieren? Z.B. ist Liebe ebenso wenig rational wie unsere Seele und unsere Gefühle. Wie wir in unserer einseitig materialistisch orientierten Kultur damit verfahren können, üben wir direkt anhand von konkreten Beispielen und Versuchen.

Vortrag
Veranstaltung 151-53210
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 27.04.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Soll ich lieber auf meinen Bauch hören oder der Vernunft folgen?

Das „Leib-Seele Problem" und seine Bedeutung für die Lebenspraxis.

In den letzten Jahrzehnten wurde in der Ratgeberliteratur häufig empfohlen, auf „den Bauch" zu hören, um einer vermeintlichen Verkopfung entgegenzuwirken. Doch dies erweist sich als bloße Umkehrung der in der abendländischen Tradition propagierten Herrschaft der Vernunft. Diese beiden Haltungen sind Ausdruck der überholten dualistischen Vorstellung einer strikten Trennung von Vernunft und Emotion, auf deren Unzulänglichkeit zuletzt die Neurobiologie aufmerksam machte. Es zeigt sich, dass eine Vernunft ohne Emotion leer und Emotion bzw. Affekt ohne Vernunft blind ist. Im Seminar sollen auch die Konsequenzen dieser Einsicht für die Lebenskunst diskutiert werden.

Vortrag
Veranstaltung 151-53211
Dr. Anselm Vogt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 30.04.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Resonanz statt Wachstum

Was uns das Leben in Wirklichkeit zu bieten hat, nennt der kanadische Philosoph Charles Taylor „Resonanz", etwas, das uns in der Tiefe anspricht und uns aus unserer Tiefe antwortet. Erfahrungen dieser Dimension sind in unserer modernen Kultur immer weniger möglich. Hier thematisieren wir Resonanz-Erfahrungen als Lebensqualität und bieten dazu praktische Übungsbeispiele.

Vortrag
Veranstaltung 151-53212
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 04.05.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Epikur – Modell für den Weg in die Sanatoriumsgesellschaft?

„Die Selbstgenügsamkeit halten wir für großes Gut (...); auch Brot und Wasser spenden höchstes Wohlbefinden. (...)"
Wo Gott tot ist, steigt mit der Zahl der Kirchenaustritte zugleich die Zahl der Mitgliedschaften in Fitness-Klubs und der Buchungen in Wellness-Hotels. Als Gesundheitsministerin von Mecklenburg forderte Manuela Schwesig z.B. ein Rauchverbot für alle Strände der Ostsee: „Wir sind ein Gesundheitsland!" Müssen wir unsere persönliche Freiheit gegen derart radikale Bevormundung nicht verteidigen?

Vortrag
Veranstaltung 151-53213
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 11.05.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Untersterblichkeit ist nicht unmöglich!

Das „Rezept" dazu empfiehlt der Philosoph Wilh. Schmid: „Das Leben zu öffnen zu einer unendlichen Dimension, die sich jenseits des endlichen Lebens auftut, indem wir uns diese zumindest vorstellen." Kann so eine Antwort auf die Frage unserer Vergänglichkeit aussehen? – Was er sich da für uns ausgegedacht hat und ob das zufriedenstellend ist, werden wir in einer spannenden Diskussion herausfinden.

Vortrag
Veranstaltung 151-53216
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 01.06.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Wer ist schuld? Philosophischer Vortrag zu Dostojewskijs „Die Brüder Karamasow"

Mit Dostojewskij beginnt eine Tradition von Romanen, die als Kunstwerke philosophische Reflexion enthalten. Sie charakterisiert die Lebensprinzipien seiner Hauptfiguren zwischen Aufklärung und Christentum. Aber erst die ganze Handlung, die sich aus ihrer Verwicklung ergibt, kann über ihre Wahrheit entscheiden. – Sein letzter Roman zieht den Leser durch die Geschichte eines Vatermordes und seiner Aufklärung in eine Welt von Eifersucht, Zorn, Lust, Gier, Hochmut, Selbstzweifel, Schwäche, Glauben und Liebe, in der er zunehmend nach tieferen Sinnen von „Schuld" fragen muß. Der Vortrag versucht, das Werk durch die philosophische Stellung dieser Frage zu interpretieren, um zuletzt seinen mystischen Satz zu verstehen, daß jeder schuld an allem sei.

Veranstaltung 151-53221
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 23.06.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Sie suchen einen Raum für betriebliche Veranstaltungen?

Die **VHS** bietet modern ausgestattete Seminar- und EDV-Räume für 10 bis 99 Personen. Diese können Sie mieten.

Moderne Medien wie E-Board, Beamer etc., können gegen Aufpreis ebenfalls genutzt werden.

Sich vollbringender Nihilismus – Nietzsches Leben und Werk

Das Philosophieren Friedrich Nietzsches (1844-1900) ist von einer Untrennbarkeit von Leben und Werk geprägt, die erfahren werden muß, um verstanden zu werden.

Die Grunderfahrung ist die des „Nihilismus": des Unglaubwürdig-gewordenSeins der nur noch scheinbar in Geltung stehenden „obersten Werte" Europas und der Fragwürdigkeit des Sinnes ihrer Anerkennung.

Davon betroffen sind nicht nur die allgemeingültige Wahrheit, Logik, Objektivität, Welt, Moral und Religion, sondern auch der Sinn des eigenen Fragens, das sich methodisch in die „Perspektivität des Lebens" entläßt.

In einer Folge auch einzeln verständlicher Vorträge sollen die wesentlichen Stationen dieser philosophischen Lebens-Erfahrung nachvollzogen werden:

1. Nietzsche bis 1872: der „dionysische Geist der Musik und der Tragödie

Veranstaltung 151-53300
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 05.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

2. Nietzsche von 1872 bis 1880: eine „Loslösung"

Veranstaltung 151-53301
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 12.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

3. Nietzsche von 1880 bis 1885: die Freude Zarathustras

Veranstaltung 151-53302
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 19.05.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

4. Nietzsche von 1885 bis 1887: eine Philosophie „Jenseits von Gut und Böse"

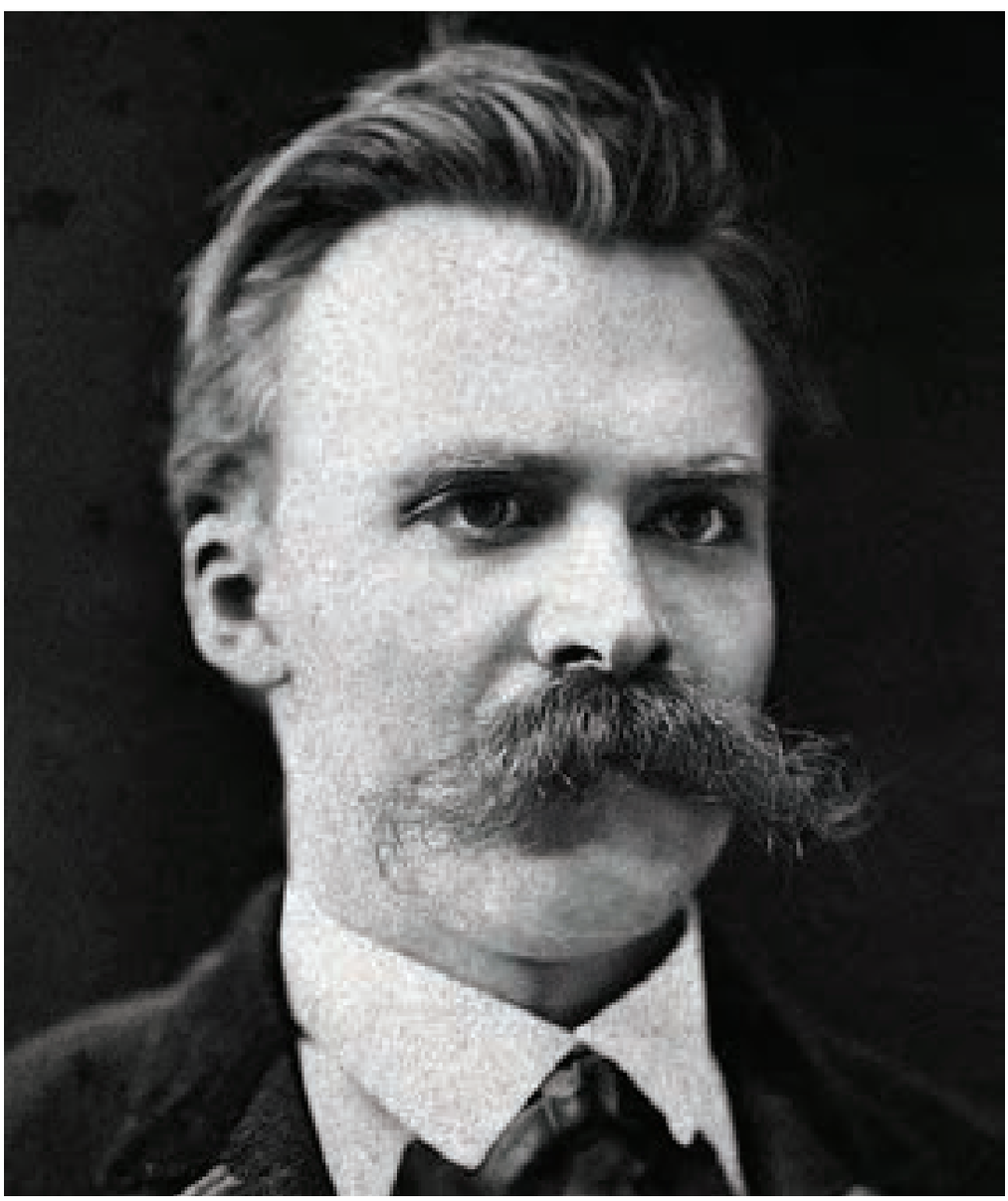
Veranstaltung 151-53303
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 02.06.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd.; entgeltfrei

5. Nietzsche 1887/88: der europäische Nihilismus und der „Wille zur Macht"

Veranstaltung 151-53304
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 09.06.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd.; entgeltfrei

6. Nietzsche 1888/89 und bis 1900: „Dionysos gegen den Gekreuzigten" und der geistige Zusammenbruch

Veranstaltung 151-53305
Dirk Felgenhauer M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 16.06.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd.; entgeltfrei



Was heißt hier behindert?

Fachgruppenleitung:
Mona Möhring (li.)
(0231) 50-2 46 08
mmoehring@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Martina Leveque
(0231) 50-2 48 92
mleveque@stadtdo.de

Freizeit, Kultur und Kreativität

Workshop zu Spiel und Improvisationstheater für geistig behinderte Erwachsene

Diese Wochenendveranstaltung ist eine Einladung an TeilnehmerInnen, die bereits in der Vergangenheit an der Entwicklung bei unseren Improvisationstheaterstücken mitgewirkt haben, aber auch neue Gesichter sind willkommen. Neben dem darstellenden Spiel gehören zahlreiche Stimm-, Bewegungs- und Lockerungsübungen, sowie das Kennenlernen verschiedener Entspannungsmöglichkeiten zu den Elementen des Workshops.
In 4-wöchigen Treffen soll diesmal eine himmlische Reise auf die Beine gestellt werden, bei der verschiedenste Charaktere an die Himmelspforte gelangen. Das Ergebnis gibt es dann bei dem Auftritt unserer Gruppe am letzten Veranstaltungstermin zu sehen.
Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken mitbringen.
Es entstehen möglicherweise zusätzlich geringe Materialkosten.

Veranstaltung 151-54101
Phillip Taylor/Julia Büssing/Astrid Hansen-Gurung
Eving
Wohnhaus Eving, Innsbruckstr. 36
Sonntag, 18.01.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 15.02.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 12.04.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 14.00-18.00 Uhr
17 UStd., 20,00 Euro

Besseres Verstehen für hörgeschädigte Menschen

Der Arbeitskreis übt mit hörgeschädigten Menschen in Szenen und Situationen, sich untereinander und mit hörenden Ansprechpartnerinnen und -partnern sicherer zu verständigen. Sprechen und Absehen werden trainiert, um vorhandene sprachliche Fertigkeiten zu erhalten und auszubauen.

Veranstaltung 151-54201
Regina Gollan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
17.30-19.00 Uhr, 16 UStd.
25,00 Euro

Veranstaltung 151-54203
Regina Gollan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 14.04.15
17.30-19.00 Uhr, 16 UStd.
25,00 Euro

Das Gedächtnis spielend trainieren

Angesprochen sind Seniorinnen und Senioren, die ihr Gedächtnis trainieren und ihre geistig-seelische Befindlichkeit verbessern wollen. Gefördert werden Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung und Formulieren nach der Methode der Ärztin Dr. F. Stengel. Sinnvoll ist eine Teilnahme über mehrere Kurse, Neueinstiege sind nach Rücksprache mit der Kursleiterin jederzeit möglich.
In geringem Umfang können zusätzliche Materialkosten anfallen. **Bitte Bleistift und Papier mitbringen!**

Veranstaltung 151-54205
Marianne Neuhaus
Hörde
Amtshaus Wellinghofen
Wellinghofer Amtsstr. 23
10 x Dienstag, ab 13.01.15
14.00-15.30 Uhr, 20 UStd.
25,00 Euro

Veranstaltung 151-54207
Marianne Neuhaus
Hörde
Amtshaus Wellinghofen
Wellinghofer Amtsstr. 23
10 x Dienstag, ab 14.04.15
14.00-15.30 Uhr, 20 UStd.
25,00 Euro

Veranstaltung 151-54209
Marianne Neuhaus
Hörde
Ev. Kirchengemeinde Hörde
Wellinghofer Str. 21
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
13.00-14.30 Uhr, 20 UStd.
25,00 Euro

Veranstaltung 151-54211
Marianne Neuhaus
Hörde
Ev. Kirchengemeinde Hörde
Wellinghofer Str. 21
10 x Donnerstag, ab 09.04.15
13.00-14.30 Uhr, 20 UStd.
25,00 Euro

Ökologie

Programmbereichsleitung:
Britta Bollermann (li.)
(0231) 50-2 24 38
bbollermann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Hoffmann
(0231) 50-2 56 22
shoffmann@stadtdo.de

Erlebnistouren

in Kooperation mit dem ÖkoNetzwerk Dortmund e.V. – Vorherige Anmeldung erforderlich!

Exkursion auf einen Spargel-Bauernhof

Nahe an Dortmund liegt der Biohof Schulze-Wethmar, der sich besonders auf den Spargelanbau spezialisiert hat. Bei einem Hofrundgang schauen wir den Spargelstechern über die Schulter, besuchen die Tiere, gehen über die Felder und werfen auch einen Blick in den Hofladen und hinter die Kulissen.

Exkursion
Veranstaltung 151-55020
Stefan Schlepütz
Lünen
Treffpunkt: Biohof Schulze-Wethmar, Waldweg 3, 44534 Lünen
Mittwoch, 27.05.15, 18.00-20.15 Uhr
7,00 Euro

Auf in die Backstube

Seit 70 Jahren gibt es die Vollkornbäckerei Niemand und seit 30 Jahren wird dort Biobrot gebacken.
Wir können in die Backstube, werden selber Teig kneten und in den Ofen schieben und so die handwerkliche Art zu backen erleben.

Exkursion
Veranstaltung 151-55022
Stefan Schlepütz
Hagen
Treffpunkt: Vollkornbäckerei Niemand, Rohrstraße 24, 58093 Hagen
Montag, 16.03.15, 18.00-20.15 Uhr
7,00 Euro

Konsumkritischer Stadtrundgang

Unsere T-Shirts kommen aus Pakistan und sind trotzdem billiger als eine Fahrt nach Bochum? Was hat unser Steak auf dem Speiseplan mit der Rodung des Regenwalds zu tun?
Finden Sie es heraus!
Der rund zweistündige Stadtrundgang versucht an mehreren Stationen die globalen Zusammenhänge und Auswirkungen unseres Konsums aufzudecken und zu entfädeln. Themen können dabei sein Elektronik, Kleidung, Tourismus, Schokolade, und viele mehr.
Ziel ist es dabei, über alltagspraktische Handlungsalternativen in Austausch zu treten. Hierfür werden die Teilnehmenden durch interaktive Methoden und den spielerischen Informationsaustauch bewusst einbezogen.

Exkursion
Veranstaltung 151-55024
Stefan Schlepütz
Treffpunkt: VHS Dortmund
Hansastr.2-4, Haupteingang Erdgeschoss
Samstag, 21.03.15, 11.00-13.15 Uhr
entgeltfrei

Erneuerbare Energien selber nutzen

Die angeblich unbezahlbare Energiewende leistet bei vielen Nutzern ökonomisch und ökologisch gute Arbeit. Wir besuchen mehrere Einfamilienhäuser, in denen Sonnenwärme und Sonnenstrom sowie Pelletheizungen genutzt werden.
Neu ist die Erzeugung von Solarstrom aus Monomodulen, die auch von Mietern auf Balkon, Garage oder im Garten aufgestellt werden können. Technik, Wirtschaftlichkeit und ökologische Vorteile werden erläutert.

Exkursion
Veranstaltung 151-55026
Ansgar Bek
Hombruch
Treffpunkt:
Zaunkönigweg 7, 44225 Dortmund
Samstag, 09.05.15, 15.00-17.15 Uhr
7,00 Euro

„Klimaschutz in Topf und Pfanne" – Ökologisch Kochen

Die VHS veranstaltet gemeinsam mit dem Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) ein „Ökologisches Kochen".

Ziel ist die Verwendung pflanzlicher Produkte der Saison, aus der Region und aus ökologischem Anbau. Bekanntlich verursachen die Produktion von Fleisch und weite Transporte hohe Treibhausemissionen.

Die Veranstaltung soll zeigen, dass man auch schmackhafte Gerichte unter Klimaschutzaspekten zubereiten kann.

Veranstaltung 151-55028
Hermann Wölke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 11.00-16.00 Uhr
19,50 Euro

Naturkundliche Exkursionen in Kooperation mit dem NABU Dortmund

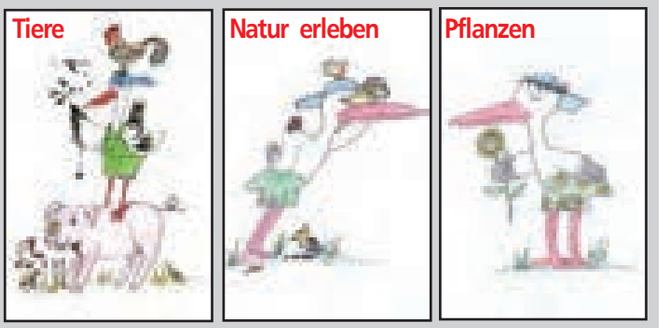
Der Naturforscherpass – ein Angebot für Familien

Der Naturforscherpass ist ein gemeinsames Angebot des Naturschutzbundes (NABU) Dortmund und der VHS Dortmund und richtet sich an Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter.
Es ermöglicht Familien, systematisch Umweltwissen aufzubauen. Das Angebot setzt sich aus 6 Veranstaltungen zusammen, die den Themen „Pflanzen", „Tiere" und „Natur erleben" zugeordnet werden können. Diese Veranstaltungen werden von Experten des NABU Dortmund geleitet.

Für jede besuchte Veranstaltung gibt es einen Nachweis, der in den Naturforscherpass geklebt werden kann. Wer den komplett ausgefüllten Ausweis vorweisen kann, erhält eine Urkunde, die das Interesse an der Natur dokumentiert und ein kleines Präsent. Da die Veranstaltungsreihe längerfristig konzipiert ist, müssen die Nachweise nicht unbedingt in einem Semester gesammelt werden.

Vorherige Anmeldung erforderlich.
Es kann sich jeweils 1 Erwachsener mit max. 2 Kindern anmelden.

Naturforscherpass:



Naturforscherpass: „Tiere"

Der Fuchs unser heimlicher Nachbar

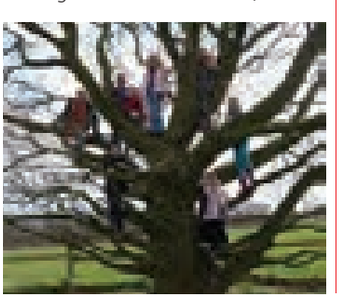
Füchse gibt es überall, auch bei dir in der Nähe. Wir wollen uns auf die Spuren unseres heimlichen Nachbarn begeben und ihn näher kennenlernen. Wo wohnt er und wovon ernährt er sich? Der schlaue Fuchs hat unglaubliche Tricks auf Lager, um seine Beutetiere zu überlisten. Spielerisch ahmen wir seine Fähigkeiten nach.
Wir lernen seine Wohngemeinschaft und andere Tiere aus dem Wald kennen. Anschließend schleichen wir nach Fuchsart durch den Wald und sehen die Welt mit den Augen des Fuchses. Ein zünftiges Picknick im selbstgebauten Fuchsbau stärkt uns bei der Spurensuche.

Exkursion
Veranstaltung 151-55204
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 25.04.15, 14.00-17.00 Uhr
Erwachsene 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

GPS-Tour – Die moderne Schnitzeljagd

Mit zwei GPS-Geräten im Gepäck machen wir uns zu einer Schatzsuche in der Bolmke auf.
Doch Achtung!!! Unerwartete Hindernisse stellen sich uns in den Weg und viele Fragen rund um die Tierwelt müssen beantwortet werden. Nur echte Naturforscher mit dem Spürsinn von Detektiven können die richtigen Hinweise finden und enträtseln....

Exkursion
Veranstaltung 151-55206
Holger Schneider
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Sonntag, 22.03.15, 11.00-13.00 Uhr
Erwachsene 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro



Naturforscherpass: „Pflanzen"

Malen mit Planzenfarben

Wir wollen den Farben auf die Spur kommen, die sich in den Pflanzen verstecken. Das sind oft andere als wir sehen. Farben aus Pflanzenfarben selber herstellen ist eine uralte Technik und macht auch heute noch viel Spaß! Beeren, Blätter, Früchte, Rinde, und alle Obst- und Gemüsesorten eignen sich ebenso wie Wildkräuter. Sie werden gesammelt, gemörsert, gekocht und durchgesiebt. Wir experimentieren und lassen uns von den Ergebnissen überraschen. Neben den Farben hat die Natur auch verschiedene Malwerkzeuge im Angebot, die wir testen werden: Federn, Kiefernnadel, Äste vom Holunder.
Mit unseren selbst gemachten Farben und den Naturpinseln gestalten wir stimmungsvolle Bilder, schöne Karten und Schmuck aus Wolle und Wattekugeln.

Exkursion
Veranstaltung 151-55200
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 23.05.15, 14.00-17.00 Uhr
Erwachsene 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Die geheimen Waldkünstler

Mit allen Schätzen, die wir im Wald finden, bauen wir unsere Kunstwerke – aber nicht irgendwo, sondern so, dass Viele sie sehen werden.
Am Ende ist aus einem einfachen Waldweg eine Austellung geworden und ausser uns weiß Niemand mehr, wer die Künstler waren. Die Austellung ist solange geöffnet, bis unser letztes Werk wieder zu dem geworden ist, was es mal war – Natur...

Exkursion
Veranstaltung 151-55202
Holger Schneider
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Sonntag, 19.04.15, 11.00-13.00 Uhr
Erwachsene 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Naturforscherpass: „Natur erleben"

Werken im Wald

Bei einem Rundgang durch den Wald suchen wir Material zum Schnitzen und Basteln wie z.B. Stöcke und Wurzeln. In gemütlicher Runde wollen wir dann verschiedene Dinge daraus herstellen: einen Waldtraumfänger bauen, der gute Träume anlockt und böse abwehrt; ein Mobile aus Schätzen des Waldes, ein zünftiger Wanderstock ist ein schmucker Begleiter auf Wanderungen. Wichtel, Trolle oder andere Wesen werden beim Schnitzen plötzlich sichtbar und aus geschmirgelten und geölten Holzscheiben werden zauberhafte Schmuckstücke.
Bitte mitbringen: Schnitzmesser oder Taschenmesser, evtl., wenn vorhanden: kleine Säge, Akkuschrauber, Messerschärfer, Feilen

Exkursion
Veranstaltung 151-55208
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 30.05.15, 14.00-17.00 Uhr
Erwachsene 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Wir mixen einen Zaubertrank auf dem Feuer

Wolltet Ihr schon immer mal wissen, was Zauberer so alles in ihren Zaubertrank mixen? Gemeinsam suchen wir im Wald verschiedene Wildkräuter, lernen ihren Ursprung und ihre Bedeutung kennen und bereiten auf dem offenen Feuer eine schmackhafte Suppe zu. Natürlich genießen wir anschließend unser Zauberwerk!

Sommer-VHS
Exkursion
Veranstaltung 151-55210
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Straße 109
Samstag, 04.07.15, 14.00-17.00 Uhr
Erwachsene 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr f. Kinder: 3,00 Euro

Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem Wildwald Vosswinkel

Abenteuer Wald: Eine Nacht bei den Wildschweinen

Solange es hell ist, streifen wir durch den Wald und suchen Spuren von seinen Bewohnern. Dabei müssen wir uns auch als Team beweisen. Später kochen wir auf dem Feuer. Während die Suppe kocht und wir auf das selbst gebackene Brot warten, schnitzen wir einen Löffel oder brennen uns einen Becher. Aber wenn es dunkel wird, beginnt das Abenteuer. Ohne Taschenlampe wagen wir uns in völliger Dunkelheit in das Gebiet der Wildschweine! Wer traut sich? Wenn wir später wohlbehalten zurück gekehrt sind, erholen wir uns mit Stockbrot, Popcorn und Marshmallows am Feuer. Wir übernachten in einem halb offenen Holzhaus. Für Kids mit ihren Eltern ab 8 Jahren!

Bitte mitbringen: Schlafsack, Isomatte, warme Sachen und Wechselsachen, wetterfeste Kleidung, feste Schuhe, Mütze, Besteck, Geschirr, Becher, Fernglas, Taschenlampe, Fotoapparat.

Exkursion
Veranstaltung 151-55212
Andrea Hirsch
Arnsberg
Treffpunkt:
Wildwald Vosswinkel, Bellingsen 5
59757 Arnsberg-Vosswinkel
Mittwoch, 13.05.15, 16.30-21.00 Uhr
Donnerstag, 14.05.15, 8.30-13.00 Uhr
40,00 Euro, pro Person incl. Eintritt, Übernachtung und Verpflegung.

Wildnistraining mit Papa! Eine Nacht draußen leben wie unsere Vorfahren ...

Tagsüber machen wir uns auf, den Wildpark Vosswinkel in Arnsberg mit seinen Geheimnissen und Bewohnern zu entdecken, bereiten abends kleine Köstlichkeiten auf dem Feuer zu und gehen in der Dunkelheit auf die Wildschweinpirsch.
Die Nacht verbringen wir dann gemeinsam in einem halb offenen Holzhaus. Für Kinder im Grundschulalter mit ihren Vätern.

Bitte mitbringen: wetterfeste, warme Kleidung und feste Schuhe, Wechselsachen, Schlafsack, Isomatte & Kuscheltier, Geschirr, Besteck, Fernglas, Taschenlampe.

Exkursion
Veranstaltung 151-55214
Holger Schneider
Arnsberg
Treffpunkt:
Wildwald Vosswinkel, Bellingsen 5
59757 Arnsberg-Vosswinkel
Samstag, 30.05.15, 16.30-21.00 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 8.30-13.00 Uhr
40,00 Euro, pro Person incl. Eintritt, Übernachtung und Verpflegung

Wildwald Vosswinkel

Kindergeburtstage mit der VHS!

Mit der Geburtstagsgesellschaft raus in die Natur!

Bei unseren drei Angeboten für den Kindergeburtstag wird dieser ganz besondere Tag durch eine tolle Verbindung von Naturerlebnis, Rollenspiel und Schatzsuche für die Kinderschar zum Erlebnis.

Zeitrahmen: 12.00-14.30 Uhr oder alternativ 15.00-17.30 Uhr
Ort: Naturschutzgebiet Bolmke
Wir bieten:
- 2,5 Stunden pädagogisch angeleitetes Programm durch eine Teamerin/einen Teamer
- Ein „Schatz" mit einer vorbereiteten kleinen Überraschung für jedes Kind wird am Ende der Tour deponiert
- Die Begleitung der Tour durch eine erwachsene Ansprechperson ist verpflichtend
- Ein wenig Regen macht Kindern nichts aus – bei Schlechtwetter kann der Termin jedoch kurzfristig verschoben werden
- **Geeignet für Gruppen von bis zu zehn Kindern**

Wählen Sie aus folgenden Themen:

1. Auf der Suche nach den drei goldenen Blättern (4 bis 7 Jahre)
Ein Walderlebnis mit Naturspielen und überlieferten Erzählungen
Wir treffen uns im tiefen Wald und verwandeln uns in Waldwesen. Wir lauschen dann den alten Geschichten, wie der des Moosmannes und seinem Moosweiblein, folgen ihnen über Stock und Stein, spielen ihre Spiele, suchen mit ihnen nach einer geeigneten Bleibe – und finden am Ende den Schatz des Waldes...
Gruppenpreis für max. 10 Kinder 115,00 Euro

2. Eine abenteuerliche Reise zur verwunschenen Goldtruhe der Waldelben (7 bis 10 Jahre)
Eine Schatzsuche für tobendes Volk mit Sagen, Fabeln und Aberglaube
Wer von Euch möchte nicht, mal einer dieser Waldbewohner sein:
Ob Waldelfe, Fee, Troll, Kobold, Gollum, Ork, Elb oder Einhorn – an diesem besonderen Tag geht Ihr mit uns auf die Reise zum Volk des Waldes, folgt verschlungenen Pfaden. Auf dem Weg warten wilde Zauber-Spiele auf Euch, und wenn Ihr fest daran glaubt, dann findet Ihr des Rätsels Lösung, wie sich die verwunschene Goldtruhe ganz von selbst öffnet ...
Gruppenpreis für max. 10 Kinder 115,00 Euro

3. Auf der Jagd nach dem Schatz der Teutonen
(10 bis 13 Jahre)
Eine elektronische Schnitzeljagd über tiefes Wurzelwerk
Eine GPS-Tour ist die moderne Art des Kompass-Laufs. Für Euch als gewiefte Schatzjäger kein Problem? Mithilfe einer Schatzkarte geht´s los auf der Suche nach den nächsten Koordinaten- wenn da nicht diese verschlüsselten altertümlichen Redewendungen und diese verzwickten Rätsel wären... Nicht vergessen: Immer den nächsten Wegpunkt ansteuern, dort neue spannende Aufgaben lösen, um dann endlich den jahrhundertealten Schatz der Teutonen zu heben...
Gruppenpreis für max. 10 Kinder 139,00 Euro

Veranstaltung 151-55216
Hombruch
Treffpunkt:
Schultenhof, Stockumer Straße 109

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann vereinbaren Sie telefonisch Ihren individuellen Wunschtermin im Programmbereich unter 50-22438 oder 50-25622.

Der Südwestfriedhof als Lebensraum für Vögel

Wenn im Frühjahr die ersten Zugvögel zu uns zurückkehren und die Bäume noch nicht belaubt sind ist der ideale Zeitpunkt, die Vogelwelt im Innenstadtgebiet kennenzulernen. Der Südwestfriedhof ist für viele Vögel ein idealer Lebensraum, den wir im Rahmen dieser Exkursion erkunden werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-55220
Brigitte Handy
Treffpunkt: Große Heimstr./Haupteingang Friedhof
Sonntag, 29.03.15, 9.00-11.15 Uhr
3 UStd., 5,00 Euro

Vogelstimmenexkursion im Rombergpark

Der Frühling ist da. Aus dem Blätterwerk der Sträucher und Bäume erklingen die unterschiedlichsten Vogelgesänge. Hinter jedem Ruf und Gesang verbirgt sich eine eigene Art. Die ornithologische Exkursion soll dazu beitragen, das Stimmengewirr zu entschlüsseln.

Exkursion
Veranstaltung 151-55222
Klaus-Dieter Horn
Hombruch
Treffpunkt: Haupteingang Rombergpark Torhaus, Am Rombergpark
Freitag, 01.05.15, 8.00-11.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Nachtigallengesang bei Gut Königsmühle

Entlang der Emscher von Deusen bis Mengede singen im Frühling die Nachtigallen. Bei kühlem Wetter fliegen hunderte Schwalben und Mauersegler über den Fluss, um Mücken zu jagen.

Exkursion
Veranstaltung 151-55224
Klaus-Dieter Horn
Mengede
Treffpunkt: Gut Königsmühle
Ellinghauserstr. 309
Donnerstag, 14.05.15, 18.30-21.30 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Beobachtungen nordischer Gänse am Niederrhein

Alljährlich ziehend zehntausende Wildgänse aus Ihren Brutgebieten in Nordosteuropa in Ihre Überwinterungsgebiete am Niederrhein. Neben Bläss- Grau- und Saatgänsen sind auch Weißwangengänse und Singschwäne unsere Wintergäste. Erleben Sie dieses atemberaubende Naturschauspiel unter fachkundiger Führung und mit modernster Fernoptik. Ferngläser können ausgeliehen werden. PKW Fahrgemeinschaft, es entstehen Fahrtkosten.

Exkursion
Veranstaltung 151-55226
Guido Bennen
Bislicher Insel, Niederrhein
Treffpunkt: 8:00 Uhr, P&R Sunderweg – Speestraße/Mallinckrodtstraße.
Sonntag, 11.01.15, 9.00-12.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Aquaristik in Theorie und Praxis
– Vortragsreihe Kompakt

Vorherige Anmeldung erforderlich!

Hinweis:
Die Vortragsreihe von Herrn Peter Schwindt umfasst vier Einzelvorträge. Sie können die **Vortragsreihe** im Ganzen ermäßigt für 24,00 Euro unter der **Veranstaltung 151-55300** buchen oder den jeweiligen Einzelvortrag unter der entsprechend angegebenen Veranstaltungsnummer.

Veranstaltung 151-55300
Peter Schwindt
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
4 x Mittwoch, ab 25.02.15
18.00-20.15 Uhr, 12 UStd.
24,00 Euro

Grundkurs Süßwasseraquaristik
Der beliebteste Aquarientyp im Süßwasserbereich firmiert unter dem Namen „bepflanztes Gesellschaftsaquarium" und meint ein schön bepflanztes Süßwasseraquarium mit einer bunten Mischung von Zierfischen aus tropischen Breitengraden.

Trotz seiner Beliebtheit ist der Kauf eines solchen Aquariums und seine anschließende Pflege nicht immer von Erfolg gekrönt. Schon beim Kauf werden die ersten Fehler gemacht.
In einer Übersicht über die wichtigsten 10 Punkte, auf die im Umgang mit diesem Aquarientyp unbedingt geachtet werden muss, soll angehenden Aquarianern inklusive derer, die noch hinzulernen möchten, der richtige Weg zu einem funktionierenden Wohnzimmeraquarium gewiesen werden.

Vortrag
Veranstaltung 151-55302
Mittwoch, 25.02.15, 18.00-20.15 Uhr
7,00 Euro

Schön gestaltete Süßwasseraquarien
Früher nannte man es Aquariengestaltung und jeder wusste, was gemeint war. Heute spricht man von „Aquascaping" und sollte deshalb vermuten dürfen, dass Anhänger dieses neuen Trends in der Aquaristik mehr als nur simple Aquariengestaltung betreiben.
Es lohnt der Blick hinter die Kulissen einer derzeit starken aquaristischen Modeströmung, da es sicherlich auch Gründe dafür gibt, weshalb sich heute nicht mehr jeder Aquarianer vom bisherigen Leitbild eines schön gestalteten Aquariums – dem sog. „Holländischen Planzenaquarium" – angesprochen fühlt, sondern stattdessen eher das sog. „Japanische Naturaquarium" zum Vorbild nimmt.

Vortrag
Veranstaltung 151-55304
Mittwoch, 04.03.15, 18.00-20.15 Uhr
7,00 Euro

Algen im Aquarium?
Fast jeder Aquarianer kennt und hasst sie: Unschöne Algen, die das Bild eines attraktiven Wohnzimmeraquariums so sehr trüben können, dass hierüber schon so mancher die Lust an seinem Aquarium verloren hat. In einem ersten Teil soll an diesem Veranstaltungsabend eine Übersicht über das vermittelt werden, was wir heute über Algen und ihre Bekämpfung wissen. Anschließend sollen Fragen aus dem Teilnehmerkreis mit Blick auf das jeweils eigene Aquarium (Foto zweckmäßig) beantwortet werden, um per Ferndiagnose zur Lösung von Algenproblemen im eigenen Aquarium beizutragen.

Vortrag
Veranstaltung 151-55306
Mittwoch, 11.03.15, 18.00-20.15 Uhr
7,00 Euro

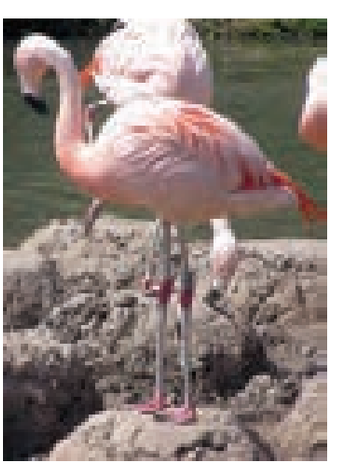
Grundkurs Meerwasseraquaristik
Moderne Meer- oder auch Salzwasseraquarien definieren sich heute nicht mehr allein über den Fisch, d.h., die reine Korallenfisch-Aquaristik früherer Jahre ist überholt. An ihre Stelle ist heute die reizvolle Kombination einiger weniger Fische mit der faszinierenden Welt der sog. „Niederen" oder auch „wirbellosen" Tiere getreten. Unter diesen stechen vor allem die sog. „Blumentiere" wie etwa riffbildende Steinkorallen ins Auge. Die stärkere Gewichtung wirbelloser Tiere in modernen Meerwasseraquarien macht nicht nur den besonderen Reiz solcher Aquarien aus, sondern ermöglicht auch einen leichteren Einstieg in dieses Hobbysegment über kleinere Meerwasserbecken mit überschaubarem Technikaufwand.

Vortrag
Veranstaltung 151-55308
Mittwoch, 18.03.15, 18.00-20.15 Uhr
7,00 Euro

Veranstaltungsort:
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3

Zu den Flamingos nach Zwillbrock
Seit den 1980er Jahren ist nahe der holländischen Grenze bei Zwillbrock die nördlichste Flamingokolonie weltweit entstanden.
Chile- Rosa- und Kubaflamingos können mittlerweile dort regelmäßig in den Sommermonaten beobachtet werden.
In der dortigen Lachmöwenkolonie sind auch Schwarzkopfmöwen vertreten.
In den Wald- Moor- und Heidegebieten ringsum können Gartenrotschwanz, Pirol, Baumpieper und Turteltauben beobachtet werden.
Ferngläser (können ausgeliehen werden) und Spektive sorgen natürlich wie immer für Vogelbeobachtungen aus nächster Nähe, ohne zu stören.
PKW Fahrgemeinschaft, es entstehen Fahrtkosten.

Exkursion
Veranstaltung 151-55228
Guido Bennen
Zwillbrocker Venn
Treffpunkt: 6:00 Uhr, P&R Sunderweg – Speestraße/Mallinckrodtstraße
Sonntag, 14.06.15, 7.30-10.30 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro



Auf Entdeckungstour im Wannebachtal
Das Wannebachtal und der angrenzende Wald sind ein typischer Lebensraum des Dortmunder Südens.
Haubenmeisen, Spechte und Baumläufer sind die typischen Vögel dieses Lebensraumes, den wir auf unserer Exkursion erkunden werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-55230
Brigitte Handy
Treffpunkt: Wanderparkplatz Wittbräuckerstr., Irminsulstr.
Sonntag, 17.05.15, 8.00-11.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Kräuterexkursion im Westfalenpark
Tauchen Sie ein in die Welt der Aromen und Düfte.
Theorie und Praxis der Kräuterpflege und -ernte werden Ihnen vor Ort an den Pflanzen erläutert.
Sie werden während dieser Exkursion selbst Hand anlegen und eigene Erfahrungen in der praktischen Gartentätigkeit sammeln. Die selbst geernteten Kräuter dürfen Sie natürlich mit nach Hause nehmen.
Wetterfeste Kleidung, Handschuhe und evtl. Rosenschere wären vorteilhaft.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-55240
Barbara Rupprecht
Westfalenpark Dortmund,
Treffpunkt: Eingang Florianturm
Freitag, 26.06.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro
zuzüglich Parkeintritt vor Ort 1,50 Euro

Kräuterwanderung

Auf einer Wanderung mit der Waldpädagogin Andrea Hirsch lernen die Teilnehmenden viele Bäume, Sträucher und Kräuter kennen, die besondere Heilwirkungen haben.
Kräuter, Wurzeln und Beeren werden gesammelt, gewaschen und sortiert. Danach kann sich jeder Einzelne für seine Gesundheit einen speziellen Kräuterlikör zusammenstellen und mit nach Hause nehmen. Bitte kleine verschließbare Flaschen mitbringen.

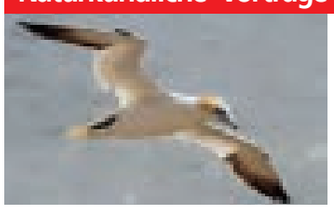
Sommer-VHS
Veranstaltung 151-55234
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Str. 109
Montag, 03.08.15, 15.00-17.15 Uhr
3 UStd., 15,00 Euro
incl. 8,00 Euro Lebensmittelumlage

Kochkurs mit Wildkräutern auf dem Feuer

Bei einem Rundgang mit der Waldpädagogin Andrea Hirsch sammeln die Teilnehmenden Wildkräuter und kochen daraus ein mehrgängiges Menü auf dem Feuer wie z. B. Brennnesselchips oder Kräutercrepes.
Bitte Besteck und Geschirr, kleine Gläser oder Schüsseln für Reste mitbringen. Wetterfeste Kleidung wird empfohlen.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-55232
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof
Stockumer Str. 109
Donnerstag, 06.08.15, 15.00-18.00 Uhr
4 UStd., 15,00 Euro
Incl. 5 Euro Lebensmittelumlage

Naturkundliche Vorträge



Die Vogelwelt auf der Nordseeinsel Norderney

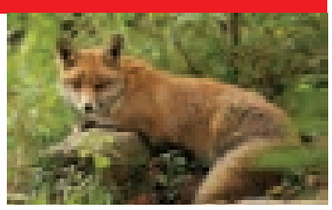
Ob am Spülsaum, am Strand, im Watt oder in den Salzwiesen, die Vogelwelt auf der Insel Norderney ist artenreich. Ob Brutvögel, Standvögel, Zug – oder Gastvögel, der naturinteressierte Besucher der Insel und Beobachter kommt zu jeder Jahreszeit auf seine Kosten. Dabei ist vorzugsweise sicherlich zu den Zugzeiten der Vögel im Frühjahr und Herbst die Artenvielfalt am größten.

Lichtbildervortrag in Überblendtechnik
Veranstaltung 151-55400
Felix Ostermann
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum
Lütgendortmund, Werner Str. 10
Montag, 12.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Vom Seewinkel bis zum Kis Balaton

Der sogenannte „Seewinkel" am Neusiedler See in Niederösterreich ist Ausgangspunkt für viele naturinteressante Exkursionen in die Region eindrucksvoller Landschaftsmosaike rundum. Nicht weniger interessant ist die angrenzende pannonische Tiefebene bis zur Karpolnapusta in Westungarn.
Ein Dorado für Vogelbeobachter und botanisch Interessierte ist das Gebiet am und um den Kis-Balaton (kleiner Plattensee Ungarn).

Lichtbildervortrag in Überblendtechnik
Veranstaltung 151-55404
Rosemarie Ostermann
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum
Lütgendortmund, Werner Str. 10
Montag, 09.02.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei



Die schönsten Wildparks unserer Heimat

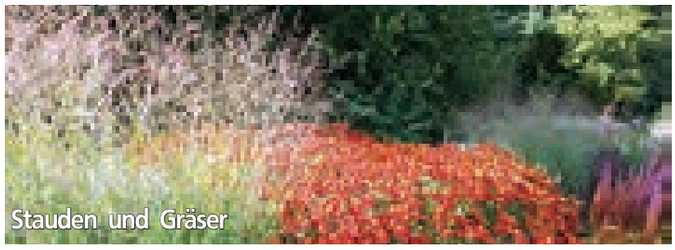
Nicht weit von Dortmund, im Münster – oder Sauerland gibt es sehr schöne und sehenswerte Wildparks, die nicht nur Einblicke in Flora und Fauna bieten, sondern auch eine engere Begegnung mit Wildtieren in großräumigen Anlagen ohne den typischen Zoocharakter ermöglichen. Der Lichtbildervortrag stellt den Naturwildpark Granat, den Wildpark Frankenhof, den Wildwald Vosswinkel, den Naturwildpark Warstein sowie den Biotop-Wildpark Anholter Schweiz vor.

Lichtbildervortrag in Überblendtechnik
Veranstaltung 151-55402
Rosemarie Ostermann
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum
Lütgendortmund, Werner Str. 10
Montag, 26.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Ostfriesland und die Inseln

Vieles gibt es zu bestaunen zwischen Emden und Aurich, zwischen Norden und Jever. Ganz besondere Anziehungspunkte aber sind die Ostfriesischen Inseln. Ihre Entstehung verdanken sie den Meeresströmungen, die den Sand unter Wasser transportieren und dem fast allgegenwärtigen Wind, der ihn zu Dünen aufweht. Dieser Prozess wirkt heute noch wie vor Jahrhunderten, und er führte immer wieder dazu, dass die Inselbewohner Haus und Hof verloren. Wir besuchen die 7 Inseln und entdecken viele Eigenarten und Unterschiede.

Veranstaltung 151-55406
Dieter Ackermann
Hombruch
Wohnstift Augustinum,
Kirchhörder Str. 101
Donnerstag, 05.03.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei



Hinein in den Garten

Vortragsreihe zum Thema Privatgärten

Freude am Gärtnern sowie Anregungen und Tipps bei der Bepflanzung und Planung von Hausgärten sind Ziel dieser Veranstaltungsreihe.

Die Referentin, Kerstin Wolffram, arbeitet als ehrenamtliches Mitglied verschiedener Gartengesellschaften im botanischen Garten Rombergpark und im Rosarium Dortmund.

Hinein in den Garten
Vortragsreihe kompakt!

Vorherige Anmeldung erforderlich

Hinweis: Die Vortragsreihe von Frau Kerstin Wolffram umfasst 3 Einzelvorträge. Sie können die Vortragsreihe im Ganzen ermäßigt für 18,00 Euro unter der Veranstaltung 151-55500 buchen oder den jeweiligen Einzelvortrag unter der entsprechend angegebenen Veranstaltungsnummer.

Veranstaltung 151-55500
Kerstin Wolffram
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Mittwoch, ab 18.02.15
19.30-21.45 Uhr, 9 UStd.
18,00 Euro

Duftende Himmelsstürmer – Kletter und Ramblerrosen

Kletter- und Ramblerrosen erfreuen sich zunehmender Beliebtheit, jedoch mangelt es mitunter an Gestaltungsideen. Dieser Vortrag stellt eine Auswahl schöner und robuster Sorten vor, gibt Vorschläge, wo und wie sie am wirkungsvollsten zur Geltung kommen und erläutert Grundregeln zum Schnitt und Pflege dieser besonderen Rosengruppe.

Veranstaltung 151-55502
Kerstin Wolffram
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 18.02.15, 19.30-21.45 Uhr
7,00 Euro

Schöne Stauden für den Schatten

Halbschattige und schattige Gartenbereiche müssen nicht dunkel und trostlos sein. In diesem Vortrag werden schöne, oft noch unbekannte Stauden vorgestellt, um unansehnliche Gartenecken attraktiver zu gestalten. Interessante Pflanzenkombinationen mit robusten Schattenkünstlern bringen Abwechslung und Licht ins Dunkel.

Veranstaltung 151-55504
Kerstin Wolffram
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.02.15, 19.30-21.45 Uhr
7,00 Euro

Sonnenanbeter – Pflanzen für sonnige Standorte

Sie möchten südliches Flair in Ihren Garten zaubern? Oder Sie suchen einfach Pflanzen, die sich in einem sonnig-trockenen Beet wohl fühlen und sich gut mit Kräutern kombinieren lassen? Vorgestellt werden Stauden, Gräser und Halbsträucher, die sich hier zu Hause fühlen und ohne viel Pflegeaufwand gedeihen.

Veranstaltung 151-55506
Kerstin Wolffram
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 04.03.15, 19.30-21.45 Uhr
7,00 Euro

Astrophysik

Fachgruppenleitung:
Tanja Rogowski
(0231) 50-2 48 91
trogowski@stadtdo.de

Vortragsreihe

Die Reihe mit Prof. Dr. Wolfram Winnenburg umfasst 10 Einzelvorträge. Sie können die Vortragsreihe im Ganzen unter der Veranstaltung 151-56100 buchen (10,00 Euro Rabatt) oder den jeweiligen Einzelvortrag unter der entsprechend angegebenen Veranstaltungsnummer.

Für jede Veranstaltung ist eine Anmeldung erforderlich.

Dozent: Prof. Dr. Wolfram Winnenburg
Ort: VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4

Stellare Evolution – Rote Riesen, Weiße Zwerge und Schwarze Löcher.
1. bis 10. Vortrag

Jahrtausende lang war die Unveränderlichkeit des Sternenhimmels und damit auch des Kosmos die Basis der meisten Religionen, Naturvorstellungen und philosophischen Weltbildern.
Selbst Forscher wie Aristoteles, Isaac Newton und Pierre-Simon Laplace stellten die Basis einer statischen Welt nicht infrage.
Das änderte sich erst Mitte des 19. Jahrhunderts mit der Aufstellung des Zweiten Hauptsatzes der Thermodynamik:
„In jedem abgeschlossenen System nimmt der Grad der Ordnung immer weiter ab und die Unordnung (Entropie) im Durchschnitt zu."
Dieser Erfahrungssatz impliziert eine Erkenntnis, die sich nur schwer mit einem statischen Universum in Einklang bringen lässt.
Aber erst in den 1920er Jahren konnte ein solcher sich entwickelnder Kosmos mit der Relativitätstheorie auch mathematisch beschrieben werden und mit der Hubble-Entdeckung von der allgemeinen Galaxiendriftexperimentell untermauert werden.
Dennoch setzte sich erst in den 1960er Jahren sich diese Weltsicht durch.
Die Entwicklung des Weltalls vom Urknall bis zur Entstehung von Sternen und Planeten sind die Voraussetzung dafür, dass sich auf der Erde das Leben entwickeln konnte. Unser Blick ist in dieser Vortragsreihe auf die Evolution der Sterne gerichtet, eine der größten astrophysikalischen Errungenschaften des 20. Jahrhunderts.

Vortragsreihe
Veranstaltung 151-56100
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.00-20.30 Uhr, 20 UStd.
60,00 Euro

1. Blick zum Sternenhimmel – Messbare Eigenschaften von Sternen

Ob man bei Tage oder bei Nacht den Himmel betrachtet, stets gewinnt man den Eindruck, inmitten einer Kugel zu stehen. An der fiktiven Himmelskugel sind in wetterklaren Nächten bei Neumond etwa 3000 Sterne mit bloßem Auge sichtbar, die uns als winzige Lichtpünktchen erscheinen.
Doch das liegt nur an den großen Entfernungen der Sterne In Wahrheit sind Sterne riesige Gaskugeln aus glühender Materie. In der Antike und noch im Mittelalter galt der Fixsternhimmel als eine ewig unveränderliche Sphäre.
Doch Sterne geben laufend Energie und Materie in Form von Plasma und elektromagnetischer Strahlung in den Raum ab. Als offene physikalische Systeme unterliegen Sterne daher der Veränderung. Unter dem Begriff Zustandsgröße lassen sich wichtige stellare Merkmale von Sternen erfassen.
Der wichtigste Parameter eines Sterns ist seine Masse, weil sie über die weitere Entwicklung und das Ende des Sterns entscheidet. Auch die beobachtete Gleichförmigkeit des Universums bereitet Probleme – sie erfordert einen Kunstgriff: eine inflationäre Aufblähung um einen Faktor 1070 nur 10-36 Sekunden nach dem Urknall.
Das heutige kosmologische Standardmodell beschreibt den beobachtbaren Kosmos mitsamt seiner Entwicklung mit beeindruckendem Erfolg. Es führt aber auf das empfindliche Problem, dass es sehr präzise eingestellte Anfangsbedingungen fordern muss, ohne deren Ursprung physikalisch erklären zu können. Zur Lösung dieser und weiterer Missstände reizt es Kosmologen über Alternativen zur Art des Anfangs unserer Welt zu spekulieren.

Veranstaltung 151-56200
Donnerstag, 22.01.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

2. Blick ins kalte Universum – Geburtsorte von Sternen

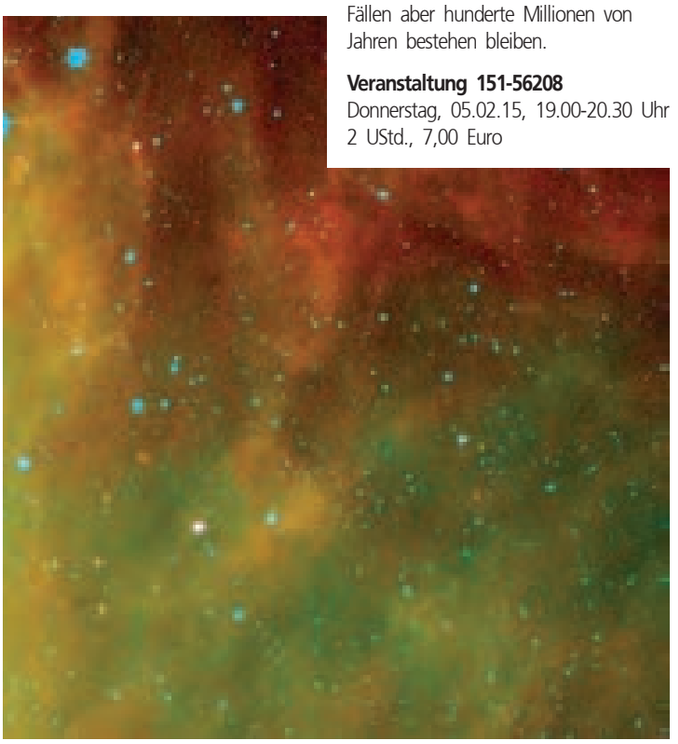
Der funkelnde Sternenhimmel erfüllt uns seit jeher mit Ehrfurcht und Staunen. Doch erst jetzt verstehen die Astronomen allmählich, welche Prozesse die stellaren Lichtquellen und Elementfabriken des Universums antreiben.
Erst die moderne Naturwissenschaft entdeckte, dass im Weltall immerfort neue Sterne entstehen und vergehen. Die Entstehung von Sternen nimmt ihren Anfang in Molekülwolken aus mit Staub vermischtem Gas.
Neue Sterne bilden sich häufig gruppenmäßig in Sternhaufen. Oft geht es dort zu wie in einem Bienenschwarm. Da Sternhaufen Sterne in allen möglichen Stadien ihres Lebenszyklus beherbergen, liefern sie die wichtigsten Belege für die Theorie der Sternentstehung.
Offenbar geht die Sternentstehung häufig mit der Bildung von Planeten einher, die allerdings nur unter ganz bestimmten Bedingungen Leben tragen können.
Viele Details der Stern- und Planetenentstehung sind aber noch ungeklärt.

Veranstaltung 151-56204
Donnerstag, 29.01.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

3. Sternhaufen – Konglomerate von Sternen

Sternhaufen kommen in höchst unterschiedlichen Varianten vor, die von schwächlichen Gebilden mit wenigen Dutzend Mitgliedern bis zu dichten Ansammlungen von Millionen Sternen reichen. Einige Exemplare sind nur ein paar Millionen Jahre alt, andere Haufen dagegen stammen aus der Frühzeit des Universums.
Einige Offene Sternhaufen sind bereits leicht mit bloßem Auge am Himmel zu sehen, da sie nur einige hundert Lichtjahre von uns entfernt sind.
Bekannte Beispiele sind die Plejaden und die Hyaden im Sternbild Stier oder auch Praesepe, die Krippe im Krebs. Die Mitglieder eines Sternhaufens haben sich annähernd gleichzeitig und aus derselben Gas- und Staubwolke gebildet. Sie sind also in etwa gleich alt und chemisch gleichartig zusammengesetzt, was sie besonders interessant macht. Kugelsternhaufen mit unterschiedlichen Altersstufen weisen auf mehrere Kollisionen der Muttergalaxie hin. Eine neue Theorie – der zufolge die Ausgangsmasse einer Molekülwolke sowohl die Struktur als auch die Entwicklung eines Clusters bestimmt – versucht zu erklären, wie die verschiedenen Haufen entstehen und sich wieder auflösen, in seltenen Fällen aber hunderte Millionen von Jahren bestehen bleiben.

Veranstaltung 151-56208
Donnerstag, 05.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro



4. Riesen- und Zwergsterne – Entwicklungswege von Sternen

Am Anfang des 20. Jh. waren von ausreichend vielen Sternen parallaktisch bestimmte Entfernungen bekannt, eine Voraussetzung um die Sterne wirklich unter einander vergleichen zu können. So entstand das nach dessen Erfindern genannte Hertzsprung-Russell-Diagramm (HRD).
Das HRD liefert unmittelbare Information über die Beschaffenheit der verschiedenen Sterne, d.h. über Größe der Oberfläche und über die Eigenschaften der abgegebenen Strahlung. Es zeigte u. a., dass es riesig große, ausgedehnte Sterne gibt, aber auch sehr kleine, kompakte. Die im HRD eingetragenen Parameterwerte der Sterne sind augenscheinlich nicht gleichmäßig im Diagramm verteilt. Offenbar treten nicht alle Wertekombinationen bei Sternen auf. Das ursprünglich als Zustandsdiagramm konzipierte HR-Diagramm stellt sich heute als Entwicklungsdiagramm dar und zeigt, wie die stellare Entwicklung in Abhängigkeit von der Anfangsmasse abläuft und wie sich die beobachtbaren Sterneigenschaften mit der Zeit ändern.

Veranstaltung 151-56212
Donnerstag, 12.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

5. Unser Stern – die Sonne und ihre Zukunft

Die Frage nach den Energiequellen der Sterne ist von besonderer Bedeutung. Erst Mitte des 20.Jh. gelang es, eine schlüssige Theorie für die Energieproduktion in Sternen zu entwickeln. Sterne sind natürliche Kernreaktoren, in denen nukleare Fusions-Prozesse vollautomatisch ablaufen und gewaltige Energiemengen freisetzen.
Auch unsere Sonne ist astronomisch gesehen ein Stern. Sie erscheint nur deshalb so viel größer als die Sterne des Nachthimmels, weil sie uns sehr viel näher steht als diese.
Der Durchmesser der Sonne beträgt 1,39 Millionen Kilometer – rund das Hundertfache des Erddurchmessers. Im Mittel ist die Erde 150 Millionen Kilometer von der Sonne entfernt. Damit hat unser Zentralgestirn am irdischen Himmel einen Durchmesser von gerade einmal einem halben Winkelgrad.
Im heißen Inneren der Sonne arbeitet ein Fusionsreaktor, wobei Wasserstoff-Atomkerne zu Helium verschmelzen. Die bei der Kernfusion erzeugten gewaltigen Energiemengen erwärmen und beleuchten letztlich auch unsere Erde, und das noch für rund fünf Milliarden Jahre. Nach Verbrauch ihres gesamten Vorrats an nuklearem Brennstoff fällt die Sonne zu einem Weißen Zwerg zusammen. Nach dem Vorbild der solaren Energiegewinnung soll 2014 im südfranzösischen Ort Cadarache der größte Fusionsforschungsreaktor der Welt (ITER) gebaut werden.

Veranstaltung 151-56216
Donnerstag, 19.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

6. Neutronensterne – Kernkollaps massereicher Sterne

Sternexplosionen gehören zu den spektakulärsten Ereignissen, die das Universum zu bieten hat: Eine riesige Menge heißer Materie wird in den interstellaren Raum hinausgeschleudert und über Wochen hinweg kann eine solche Supernova heller als ihre gesamte Galaxie strahlen. Neutronensterne – aber auch Schwarze Löcher – gehen aus derartigen Explosionen massereicher Sterne am Ende ihrer Entwicklung hervor. Der Kollaps des stellaren Kerns zum Neutronenstern erfolgt dabei im Bruchteil einer Sekunde, nachdem der Kern über Jahrmillionen stabil war.
Ein Neutronenstern ist eine sehr kompakte, glatte Kugel. Ungefähr die eineinhalbfache Masse der Sonne befindet sich in einem Volumenbereich von der Größe einer Großstadt wie beispielsweise München.
Aufspüren lassen sich Neutronensterne im Röntgenbereich und häufig auch im Radiospektrum anhand periodischer Radiopulse (Pulsarstrahlung).
Mitte der 1960er-Jahre entdeckten Astronomen erstmals einen Neutronenstern im Krebsnebel.
Seitdem haben sie viele weitere Neutronensterne nachgewiesen, allein in unserem Milchstraßensystem und der näheren Umgebung rund zweitausend.
Eine extrem kurze Zeitskala und eine dicht verdeckende Materiehülle verhindern die direkte Beobachtung der Entstehung von Neutronensternen. Daher versucht man In Computermodellen, die Abläufe bei einer solchen Supernova im Detail nachzuvollziehen.
Veranstaltung

Veranstaltung 151-56220
Donnerstag, 26.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

7. Stellare Schwarze Löcher – Endphase sehr massereicher Sterne

Astronomen gehen heute davon aus, dass Sterne mit bis zu ca. acht bis zehn Sonnenmassen als Weiße Zwerge. Über dieser Grenze von acht bis zehn Sonnenmassen kollabieren die Sterne in der Endphase zunächst zu Neutronensternen.
Wenn Sterne noch massereicher sind, wird die Wahrscheinlichkeit, dass sich Schwarze Löcher bilden, immer höher. Schwarze Löcher sind eine Vorhersage der allgemeinen Relativitätstheorie Albert Einsteins, ihre mögliche Existenz wurde aber auch schon von Laplace um 1800 diskutiert.
Aktuelle Beobachtungen belegen heute die Existenz derartig kompakter Objekte. Prinzipiell kann jeder Körper bei Erreichen einer entsprechend hohen Massendichte zu einem Schwarzes Loch mutieren.
Wollte man beispielsweise unsere Sonne in ein Schwarzes Loch verwandeln, so müsste man sie von ihrem gegenwärtigen Durchmesser von 1.4 Millionen Kilometern auf 6 Kilometer zusammenpressen.
Verstehen lassen sich Schwarze Löcher, wenn man die Gravitation gemäß der Allgemeinen Relativitätstheorie geometrisch deutet.
Innerhalb des Ereignishorizonts eines Schwarzen Loches brechen unsere üblichen Vorstellungen von Raum und Zeit zusammen.

Veranstaltung 151-56224
Donnerstag, 05.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

8. Massive Schwarze Löcher - Zentrale Massenkonzentrationen in Galaxien

Für Astronomen sind Schwarze Löcher nichts Unbekanntes – es sind zum einen schlicht Endstadien massereicher Sterne, zum anderen wähnen die Forscher sehr massereiche Schwarze Löcher im Zentrum praktisch jeder Galaxie. Schwarze Löcher sind neben dem Urknall die bekanntesten klassischen Lösungen der Einstein-Gleichungen, die eine Singularität – die Raumkrümmung nimmt einen unendlich großen Wert an – aufweisen. Ein Schwarzes Loch ist also gewissermaßen die extremste Form einer Gravitationslinse, weil seine Ablenkung so stark ist, dass Teilchen und selbst Licht ihm ab einer gewissen Nähe — dem Ereignishorizont – nicht mehr entkommen können.
Die Existenz von kompakten, dunklen Objekten ist nicht mehr strittig, sehr wohl aber ihre Natur. Kann es solche Singularitäten wirklich geben? Denn wie verträgt sich z.B. ein punktförmiges Objekt wie eine Punktsingularität mit der Unschärferelation der Quantentheorie? Oder signalisiert uns ihr Auftreten, dass wir Einsteins Theorie überstrapazieren und in einem Bereich anwenden, in dem sie gar nicht mehr gilt? Auch Stephen Hawking stellt die bisherige Theorie vom Schwarzen Loch in Frage, ihre Existenz indes nicht.
Schwarze Löcher sollten neu definiert werden als metastabile, gebundene Zustände des Gravitationsfeldes. Ziel ist es, durch astronomische Beo- bachtungen zu entscheiden, um was es sich genau bei dem kompakten, dunklen Objekt handelt. Durch den Nachweis von Gravitationswellen könnten die Theoretiker Ihre Modelle testen.

Veranstaltung 151-56228
Donnerstag, 12.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

9. Kosmischer Materiekreislauf – Supernovae und Sternkollisionen

Der Entwicklungsweg eines Sternes verläuft von der Sternentstehung in einer kollabierenden Wolke des interstellaren Mediums über das Wasserstoff fusionierende Hauptreihenstadium , dem sich anschließendem Riesensternstadium bis schlussendlich zu den drei möglichen, massenabhängigen Endstadien der Sterne: dem Weißen Zwerg, dem Neutronenstern und dem Schwarzen Loch. Doch nur ein Bruchteil der ursprünglichen Sternmasse verbleibt im Endstadium. Zuvor, in der Schlussphase als Roter Riese, beziehungsweise im Übergang zum Endstadium gibt ein Stern einen Großteil seines Materials an das interstellare Medium ab. Entweder in Form eines planetarischen Nebels, indem die Sternhülle nach und nach abgestoßen wird oder in einer spektakulären Supernova-Explosion. Somit gibt jeder Stern den größten Teil seines Materials zum „Recycling" zurück an das interstellare Medium, aus dem er selbst entstanden ist. Das abgestoßene Material besteht im Wesentlichen aus Wasserstoff und Helium, zudem aus Anteilen der in Sternen gebrüteten Elemente bis einschließlich Eisen sowie aus Anteilen der in Supernova-Explosionen und Neutronenstern-Kollisionen erzeugten schwereren Elemente. Somit reichert jede Sterngeneration das interstellare Medium mit Metallen an und liefert so für nachfolgende Generationen ein Ausgangsmaterial mit jeweils höherer Metallizität.

Veranstaltung 151-56232
Donnerstag, 19.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

10. Blick ins frühe Universum - Sterne der ersten Generation

Die uns im Alltag geläufigen Zeitbegriffe sind mit wiederkehrenden, kosmischen Vorgängen verknüpft – dem Mondzyklus und der Umlaufbewegung der Erde.
Es gibt aber auch eine Merkwürdigkeit: Die Zeit kennt nur eine Richtung.
Galilei und Newton betrachteten die Zeit noch als absolut, sie sollte überall im Universum gleichermaßen und unbeeinflussbar ablaufen. Nach Einstein ist die Zeit relativ – der Perspektive des Beobachters abhängig – und untrennbar mit dem Raum verknüpft. Gemeinsam mit den drei Raumdimensionen bildet sie ein Kontinuum, die vierdimensionale Raumzeit.
Im Kosmos tritt der Zusammenhang zwischen Raum und Zeit eindrucksvoll zu Tage. Massen krümmen die Raumzeit, und die Geometrie der Raumzeit gibt den Massen vor, wie sie sich zueinander bewegen müssen.
Diese Erkenntnisse Einsteins vollendeten den Bruch mit der Vorstellung von einer überall gleichmäßig, dahin fließenden Zeit.
Und im selben Jahrhundert eröffnete uns die Quantenphysik noch eine neue Sicht auf den Zeitbegriff, dessen Erforschung bis heute nicht abgeschlossen ist: so legen uns Theorien die Existenz von Raum- und vielleicht sogar Zeitquanten nahe.
In einem kosmologischen Zusammenhang begegnen wir sogar der Idee, dass sich das Phänomen Zeit gänzlich auflöst.

Veranstaltung 151-56236
Donnerstag, 26.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Gaia – Revolution der Milchstraßen-Weltkarte

Am 19. Dezember 2013 startete vom ESA-Weltraumzentrum Kourou in Französisch-Guayana das Astrometrie-Observatorium Gaia.
Sowohl in Qualität als auch in Quantität wird Gaia die Vermessung der Sterne unseres Milchstraßensystems revolutionieren und den Astronomen damit erstmals ermöglichen, die Dynamik und Struktur unserer Galaxis umfassend zu erforschen.
„Gaia steht für einen Traum der Astronomen aller Jahrhunderte, seit der griechische Astronom Hipparch die Positionen von rund tausend Sternen mit einfachen geometrischen Mitteln katalogisiert hat."
Im Sondervortrag werden die Funktionsweise und wissenschaftlichen Aufgaben von Gaia allgemein verständlich erläutert. Im Fokus stehen dabei die Methoden zur Bestimmung der Bewegungen und Entfernungen der Sterne in unserer Heimatgalaxie sowie unser heutiges Wissen über den Aufbau des Milchstraßensystems.
Die Mission wird nicht nur eine viel genauere Karte der Milchstraße liefern; Aufschluss aus den Gaia-Daten erhoffen sich die Astronomen darüber hinaus auch über die für das Milchstraßensystem und andere Galaxien so bedeutsame Dunkle Materie, für die Erforschung des Sonnensystems, für die Entdeckung von Exoplaneten und sogar für die Untersuchung von fernen Quasaren und Schwarzen

Vortrag
Veranstaltung 151-56050
Prof. Dr. Wolfram Winnenburg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 15.01.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Weltbild der Bronzezeit – Die Himmelsscheibe von Nebra

Stonehenge in England, die Steinreihenfelder der Bretagne, das Ganggrab Newgrange nahe Dublin sowie die Himmelsscheibe von Nebra sind Zeugnisse eines ausgeprägten Sternenkults lange vor unserer Zeitrechnung.
Die Himmelsscheibe von Nebra zeigt uns die bislang weltweit älteste konkrete Darstellung des Kosmos. Die geschätzte 3700-4100 Jahre alte runde Bronzescheibe mit Goldauflage misst 32 cm im Durchmesser und zeigt die Sonne, eine Mondsichel sowie insgesamt 32 goldene Sterne.
Die abstrakten Darstellungen auf der Scheibe sind außergewöhnlich, weil sie jahrzehntelange präzise Himmelsbeobachtungen und einen hohen Abstraktionsgrad voraussetzen, den man bislang bei bronzezeitlichen Menschen außerhalb der Hochkulturen im Vorderen Orient nicht vermutet hatte. Außerdem lassen sie Rückschlüsse auf das bronzezeitliche Weltbild zu.
Die Himmelsscheibe von Nebra ist ein Schlüsselfund nicht nur für die Archäologie, sondern auch für die Astronomie und die Religionsgeschichte. Die seit Juni 2013 zum UNESCO-Weltdokumentenerbe gehörige Himmelsscheibe und ihre Beifunde sind in der Dauerausstellung des Landesmuseums für Vorgeschichte in Halle (Saale) zu sehen. Der Vortrag gilt auch als Einführung für die zweitätige Exkursion am 25./26.04.15 unter Leitung des Referenten zum Aufbewahrungsort der Himmelsscheibe Nebra im Landesmuseum für Vorgeschichte in Halle (Saale) und zum Fundort auf dem Mittelberg beim Ort Wangen.

Vortrag
Veranstaltung 151-56240
Prof. Dr. Wolfram Winnenburg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 23.04.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Kunst, Kunstgeschichte, Architektur

Fachgruppenleitung:
Frank Scheidemann
(0231) 50-2 56 16
fscheidemann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

KURSE

Die Architektur des frühen Christentums in Rom und Ravenna

Nachdem in den ersten christlichen Jahrhunderten keine nennenswerten Kirchenbauten bezeugt sind, ändert sich dies durch die Hinwendung Kaiser Konstantins im Jahre 312 zum Christentum entscheidend. Nun werden großartige Kirchenbauprojekte in Angriff genommen, die an Größe und Prachtentfaltung in nichts den staatlichen Großbauten dieser Zeit nachstehen. Die erste Kirche, die von Kaiser Konstantin gestiftet wurde, ist die Lateransbasilika, aber auch kleinere Projekte,wie das Lateransbaptisterium spielen eine bedeutende Rolle für die Entwicklung des frühen Kirchenbaus. So stehen die frühchristlichen Kirchen Roms am Anfang einer monumentalen christlichen Kirchenbaukunst. In diesem Kurs sollen anhand vieler Abbildungen die wichtigen römischen frühchristlichen Kirchen vorgestellt und interpretiert werden.

Veranstaltung 151-60100D
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 x Montag, ab 02.02.15
10.00-11.30 Uhr, 24 UStd.
72,00 Euro

Ein Blick in die Ateliers der großen Künstler – Die Zeit der frühen Moderne

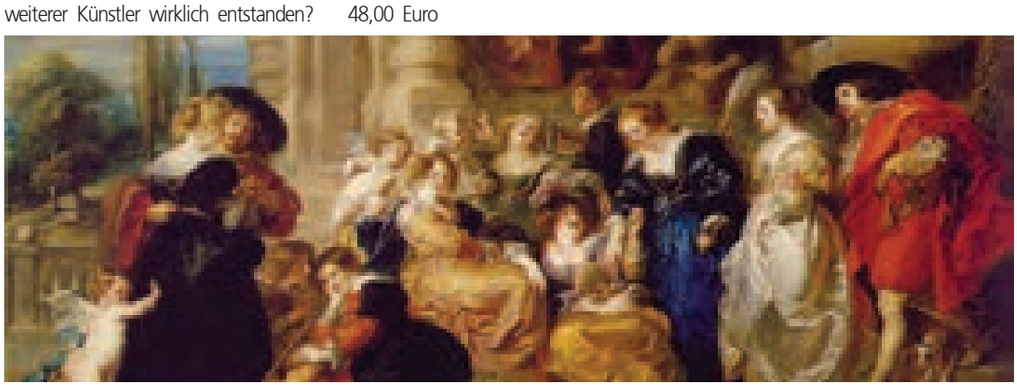
In den großen Sammlungen der Welt hängen die Werke der Künstler, die durch ihre Innovationen in die Kunstgeschichte eingegangen sind. Fast alle Werke sind ikonographisch erklärt. Doch wie sind die Werke Edvard Munchs, Paul Cézannes und vieler weiterer Künstler wirklich entstanden? Welche Farben wurden verwandt, wo kamen sie her? Wie musste der Untergrund vorbereitet werden? Was war das wirklich Neue in ihren Werken? Diese Fragen und noch viele mehr sollen in diesem Kurs anhand der Werke der schon genannten und folgender Künstler erläutert werden: Paul Gauguin, Henri Matisse, Pablo Picasso, Wassily Kandinsky und Pierre Bonnard. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-60101D
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 x Montag, ab 02.02.15
12.00-13.30 Uhr, 24 UStd.
72,00 Euro

Kunst, Macht und Konflikt: Spanien im 17. Jahrhundert

Anfang des 17. Jahrhunderts führten die Spanier mit fast allen europäischen Großmächten Krieg. Trotz verheerender Folgen des Dreißigjährigen Krieges präsentierte sich Spanien gleichzeitig mit besten Künstlern und großen Bauprojekten als imperiale Nation. Die spanische Malerei erlebte mit Künstlern wie Velázquez, Zurbarán und Murillo eine bis dahin ungekannte Blütezeit. Aber auch die königlichen Sammlungen mit Werken von u.a. Peter Paul Rubens und Tizian beeinflussen die spanischen Künstler maßgebend. Dieser Kurs stellt an zentralen Bildbeispielen diese bedeutende Periode vor und zeigt ihre Wurzeln sowie ihre stilistischen Besonderheiten.

Veranstaltung 151-60102D
Reintje Brenders M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 17.02.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
48,00 Euro



Peter Paul Rubens

VORTRÄGE

Künstlerpaare: Niki de Saint Phalle & Jean Tinguely – Liebe, Leben und Werk

Niki de Saint Phalle (1930-2002) und Jean Tinguely (1925-1991) gehören zu den berühmten Künstlerpaaren der Kunstgeschichte. Viele Ausstellungen haben sich im Laufe der Zeit mit Leben und Werk der Beiden beschäftigt. Sie lernten sich 1955 in Paris kennen, heirateten 1971 und blieben bis zum Tod Tinguelys 1991 ein Paar. Stets dem eigenen künstlerischen Tun verpflichtet, entstanden auch einige gemeinsame Arbeiten, wie zum Beispiel ganz in der Nähe, der Brunnen „Lebensretter" auf der Königsstraße in der Innenstadt von Duisburg.

Vortrag
Veranstaltung 151-60201
Simone Rikeit M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd.; entgeltfrei

Kunst-Matinee

„Himmel in Stein"

Jeweils an einem Samstagvormittag im Semester werden prägende Kirchbauten einer Epoche vorgestellt. Dabei wird nicht nur ihr architektonischer und kunsthistorischer Hintergrund besprochen, sondern auch ihre spirituelle Dimension.
In zwei Einheiten von jeweils 70 Minuten mit einer Pause für die leibliche Stärkung (Kaffee, kalte Getränke, Kuchen und Brötchen sind im Entgelt enthalten) wird die Bedeutung des Kirchengebäudes im Leben und Glauben der damaligen Menschen erschlossen, die hier zu Stein geworden sind.

Die Leichtigkeit des Jenseits - Die gotische Kathedrale

Die Kathedrale gilt bis heute als Inbegriff gotischer Architektur. Sie symbolisiert die Macht der Könige ebenso wie den Stolz der aufstrebenden Städte und ihrer Bürger. Sie erbauen die „Wolkenkratzer Gottes" in der Überzeugung, gemeinsam ein Wahrzeichen ihres Glaubens und ihrer selbst zu schaffen. So entstehen durch die Auflösung der Mauern und himmelwärts strebende Säulen eindrucksvolle Bauwerke, wie die Kathedralen von Chartres oder die Reinoldikirche in Dortmund.

Veranstaltung 151-60202
Martin Lieneke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15,
11.00-14.00 Uhr, 4 UStd.
15,00 Euro

Die Aufhebung des „Kunstbetrachters". Partizipative und Interaktive Kunst gestern und heute

Vielen Künstlern und Künstlerinnen reicht es längst nicht mehr, dass wir ihre Werke nur betrachten. In mittlerweile immer mehr Kunstwerken werden wir als Betrachter zu ihrem Bestandteil. Der Vortrag stellt die Anfänge der partzipatorischen und interaktiven Kunst und ihre Entwicklung bis heute vor. So werden Performances von Allan Kaprow, Joseph Beuys, Aktionen von Marina Abramovic, Projekte von Jochen Gerz und Apolonija Sustersic sowie die Idee von Borsig 11 in Dortmund vorgestellt.

Vortrag
Veranstaltung 151-60203
Simone Rikeit M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd.; entgeltfrei

Kunst-Matinee

In zwei Blöcken von jeweils ca. 70 Minuten wird die Kunsthistorikerin Reintje Brenders in das Werk Vincent van Goghs einführen. In der Pause serviert das Ristorante Castel Rodenberg kleine Köstlichkeiten, die im Entgelt enthalten sind.

Die Vincent van Gogh-Matinee: Der Künstler und seine Wahlverwandtschaften

Zum Anlass des 125. Todesjahres von Vincent van Gogh finden in den Niederlanden unter dem Motto „125 Jahren Inspiration" mehrere Veranstaltungen statt, die das Oeuvre und das Leben dieses bedeutenden Vorläufers der Moderne feiern und dem Publikum näher bringen. Auch die VHS Dortmund wird eine Fahrt zum Kröller-Müller-Museum, in dem die zweitgrößte Sammlung an Van Gogh-Gemälden zu Hause ist, organisieren. In dieser Matinee wird Ihnen in einem ersten Vortrag der Werdegang von van Gogh erläutert und im zweiten Teil des Programms werden wir durch die Augen des Malers schauen und seine großen Vorbilder und Inspirationsquellen erleben, indem wir uns mit seinem eigenen persönlichen Kunstempfinden auseinandersetzen.

Veranstaltung 151-60205
Reintje Brenders M.A.
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.03.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 25,00 Euro

Sternstunden der Malerei: Nicolas Poussins „Im Reich der Flora" von 1630

Nicolas Poussin (1594-1665) ist der berühmteste der französischen Barockmaler und Begründer einer typisch französischen klassizistischen Barockmalerei. Mit dreißig Jahren ging er von Paris nach Rom, wo er bis zu seinem Tod blieb. Er bevorzugte mythologische Themen, die er neu interpretierte. Daneben entwickelte er aus einer Verbindung antiker Ruinen, mythologischer oder historischer Figuren und idealistischer Landschaften den Typus der „heroischen Landschaft". Eines seiner Hauptwerke - „Im Reich der Flora" von 1630 befindet sich heute in den Staatlichen Kunstsammlungen in Dresden. Es zeigt eine Versammlung von mythologischen Personen, die sich laut ihrer Vita in Blumen verwandelt haben. Wie nun dieses Bild interpretiert werden kann, soll anhand der Schriften Poussins erläutert werden.

Vortrag
Veranstaltung 151-60204
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.03.15
19.00-20.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Sternstunden der Malerei: Rembrandts „Anatomie des Dr. Tulp" von 1632

Rembrandt Harmensz van Rijn (1606-1669) gehört zu den bedeutendsten Künstlern der Kunstgeschichte und ist der wichtigste Vertreter der holländischen Barockmalerei. Schon zu seinen Lebzeiten war er in ganz Europa für seine Werke bekannt, obwohl er wahrscheinlich selbst die Grenzen Hollands nie überschritten hat. Sein malerisches und graphisches Werk umfasst alle Themen. So führte er in allen Sujets Innovationen ein, die einen großen Einfluss auf seine Zeitgenossen, aber auch auf spätere Generationen hatten. Vom Selbstporträt, über die biblischen Themen, bis hin zu den Genreszenen, ging Rembrandt stets eigene Wege. In diesem Vortrag soll es vorrangig um sein Gruppenporträt „Die Anatomie des Dr. Tulp" gehen. Dieses Sujet ist typisch für die Niederlande und hat dort eine lange Tradition. Doch Rembrandt löst sich auch hier vom althergebrachten Schema und stellt Dr. Tulp und seine Kollegen in einen ihnen gemäßen Kontext.

Vortrag
Veranstaltung 151-60206
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 15.04.15
19.00-20.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

1915 – Aufbruch, Avantgarde, Abstraktion – 100 Jahre Russischer Konstruktivismus

Während sich in Westeuropa in der Zeit vor dem Ersten Weltkrieg verschiedene Maler auf unterschiedlichen Wegen aus der Gegenständlichkeit heraus allmählich abstrakten Bildern nähern, geht Kasimir Malewitsch in Russland einen radikal anderen Weg, indem er jeden Bezug des Bildes zur Gegenständlichkeit von vornherein negiert. Im Jahr 1915 erscheint seine programmatische Schrift „Vom Kubismus zum Suprematismus. Der neue „malerische Realismus" mit dem Bild „Schwarzes Quadrat auf weißem Grund" auf dem Titel.
Der Vortrag stellt die Kunstauffassung Malewitschs und anderer Künstler wie W.Tatlin oder A. Rodchenko im Umfeld dieser Entwicklung dar und beleuchtet das Verhältnis dieser Schule zu den zeitlich parallelen Ansätzen abstrakter Kunst bei Kandinsky und Mondrian.

Veranstaltung 151-60207
Dr. Walter Kühnert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 29.04.15
19.00-20.30 Uhr, 4 UStd.
entgeltfrei

Das „Neue Frankfurt" und das Wohnen der Zwanziger Jahre

Nach dem Ersten Weltkrieg und der Währungskrise der frühen Zwanziger Jahre herrschte in vielen deutschen Großstädten ein dramatischer Mangel an erschwinglichem Wohnraum. Die Stadt Frankfurt behalf sich, indem sie 1925 den Architekten Ernst May als Stadtplaner einstellte, der innerhalb von nur fünf Jahren ein gigantisches Siedlungsbaukonzept verwirklichte, das rund 15.000 Wohnungen umfasste. May verband dabei die modernistische Ästhetik der Bauhausmoderne, wie sie von Architekten wie Walter Gropius und Le Corbusier vertreten wurde, mit dem Prinzip extrem kostensparender Rationalisierung und Standardisierung. So sollte das „Neue Frankfurt" ein Modellfall für eine demokratisch runderneuerte Gesellschaft darstellen, die progressiv und optimistisch in die Zukunft blickte. Der Vortrag erläutert das Frankfurter Konzept aus der Perspektive der Architektur- und Designgeschichte und zieht Vergleiche zur älteren Gartenstadtbewegung und zur Weißenhofsiedlung in Stuttgart.

Vortrag
Veranstaltung 151-60208
Dr. Andreas Zeising
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15
19.00-20.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Die großen Museen der Welt: Die National Gallery in London

In zwangloser Folge widmet sich die neue Vortragsreihe den bedeutendsten Kunstsammlungen in Europa und den USA. Erläutert werden die jeweilige Geschichte der Sammlung und ihre Geschicke durch die Zeitläufe. Aber natürlich geht es vor allem auch um die wichtigsten und schönsten Kunstwerke, die in einem virtuellen Rundgang vorgestellt werden. Den Anfang macht die Londoner National Gallery am Trafalgar Square, eines der ältesten öffentlichen Museen der Welt. Gegründet wurde sie bereits 1824. Damals bildete noch die italienische Malerei der Renaissance den Schwerpunkt der Sammlung, die indessen nach und nach ausgebaut wurde und heute zahllose Meisterwerke der europäischen Kunst präsentiert, darunter Bilder von Jan van Eyck, Hans Holbein d.Ä., Leonardo da Vinci und Tizian, um nur wenige zu nennen. Ein weiterer Schwerpunkt ist die englische Malerei mit Hogarth, Turner, Constable und anderen.

Vortrag
Veranstaltung 151-60209
Dr. Andreas Zeising
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 22.05.15,
19.00-20.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Cranach und Luther

Cranach habe für Martin Luther das passende „Image" erfunden, hat der Kunsthistoriker Martin Warnke festgestellt. Ob in asketischer Strenge oder feister Souveränität - bis heute prägen die Luther-Bildnisse, die in der Wittenberger Werkstatt Lucas Cranachs d.Ä. (1472-1553) in hundertfacher Ausführung hergestellt wurden, die Vorstellung vom frommen und unbeirrbaren Reformator. Darüber hinaus lieferte die ungeheuer produktive Werkstatt zahllose Altarwerke, die die neuen Glaubensregeln bildlich veranschaulichten. War Cranach demnach der „Maler der Reformation"? Ja und nein, hatte er doch merkwürdiger Weise keine Probleme damit, auch die katholische Gegenseite mit Bildern zu beliefern. Der Vortrag skizziert Cranachs künstlerischen Werdegang, aber auch die Auseinandersetzungen um den rechten Glauben. Denn dieser wurde nicht zuletzt auch mit den Mitteln einer „Bildpolitik" geführt, die erstaunlich modern anmutet.

Vortrag
Veranstaltung 151-60210
Dr. Andreas Zeising
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 05.06.15
19.00-20.30 Uhr, 2 UStd.
entgeltfrei

Das Kriegsschiff Temeraire von William Turner, London, National Gallery

Kunst-Matinee

In zwei Blöcken von jeweils ca. 70 Minuten wird der Dortmunder Kunsthistoriker Dr. Andreas Zeising in das Kunst- und Musikverständis Wassily Kandinskys einführen. In der Pause serviert das Ristorante Castel Rodenberg kleine Köstlichkeiten, die im Entgelt enthalten sind.

Wien um 1900 – Zentrum des Jugendstils

Die Hauptstadt der K.u.K.-Monarchie gehörte noch um 1880 nicht unbedingt zu den kulturellen Zentren in Europa wie z.B. Paris. Doch in weniger als zwanzig Jahren änderte sich dies vollkommen. Mit der Gründung der Wiener Secession am 3. April 1897 war dann Wien endgültig eine Stadt der Avantgarde. Gustav Klimt, Koloman Moser, Josef Hoffmann, Joseph Maria Olbrich und andere entwickelten einen völlig eigenständigen Wiener Jugendstil. Die Künstler hatten sich formiert, um gegen den traditionellen Kunstbegriff anzutreten. Dieser wurde hauptsächlich von Hans Makart geprägt, der in Wien als Künstlergenie gefeiert wurde und noch lange nach seinem Tod einen großen Einfluss auf das Kunstgeschehen hatte.

Veranstaltung 151-60211
Dr. Andreas Zeising/Frank Scheidemann M.A.
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 13.06.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 25,00 Euro

Die Berge des Ruhrgebiets

Halden, als unnatürliche Anhäufungen oder kleine Hügel in der Landschaft, sind eine Folge der Industrialisierung. Speziell im Ruhrgebiet, als Ballungsraum für den Bergbau und Stahlindustrie, haben sie eine große Bedeutung. Mit dem Rückgang der Montanindustrie seit den 60er Jahren verlieren sie ihre Funktion. Landschaftsarchitekten, Künstler und Tourismusbranche zeigen ein verstärktes Interesse an den funktionslosen Hügeln. Umnutzungskonzepte ließen Kunstwerke, Begrünungen und Kultureinrichtungen auf und um die Halden entstehen. Der Vortrag stellt einige Halden im Ruhrgebiet, ihre Geschichte und Entwicklung vor.

Vortrag
Veranstaltung 151-60212
Simone Rikeit M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 10.06.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

EXKURSIONEN

Das Museum Abteiberg in Mönchengladbach

Als „Ein Kunstwerk für die Kunst" bezeichnete der österreichische Architekt Hans Hollein das von ihm erbaute Museum Abteiberg in Mönchengladbach. Schon bald nach seiner Eröffnung 1982 wurde die ungewöhnliche Architektur mit dem Deutschen Architekturpreis und mit dem „Pritzker Award" - dem weltweit bedeutendsten Architekturpreis - ausgezeichnet. An Fabrikhallen, Reisterrassen, den Torbau der Akropolis - das Museum ist eine Collage voller Assoziationen. Die Sammlung vereint auf 3.500 Quadratmetern Künstlergrößen des 20. und 21. Jahrhunderts. Auch aktuelle Künstler zieht es auf den Abteiberg: Biennale-Sieger Gregor Schneider schuf 2009 einen extra Museumszugang. Die Anreise nach Mönchengladbach erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln.
Die Kosten hierfür sind nicht im Entgelt enthalten. Für Führung und Eintritt fallen ca. 12,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60300
Dr. Sabine Weicherding
Mönchengladbach
Freitag, 20.02.15, 11.00-19.30 Uhr
8 UStd., 15,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 08.02.2015

Die Glocken von Gescher – eine Exkursion

Das Westfälische Glockenmuseum Gescher verfügt über eine umfangreiche Sammlung von Kirchen- und Kapellenglocken. Bronzeglocken aus zehn Jahrhunderten werden bei der Führung „angeschlagen" und zum Klingen gebracht. Als zweite Station folgt die Besichtigung einer Glockengießerei. Die Glocken- und Kunstguss-Manufaktur Petit & Gebr. Edelbrock stellt schon seit 12 Generationen Kirchenglocken her und ist die einzige Glockengießerei Westfalens. Bei der Führung können wir den Glockenformern bei Ihrer Arbeit über die Schulter zu schauen. Auch die seit 1906 betriebene Kunstguss-Manufaktur, in der zahlreiche Kunstwerke für namhafte Künstler entstehen, kann besichtigt werden. Ob große Portale für Kirchen und Kathedralen in Deutschland und Amerika oder auch Plastiken für Künstler, Galerien oder Privatpersonen werden hier gegossen.
Für Eintritte und Führungen fallen ca. 12,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60301
Dr. Sabine Weicherding
Gescher
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 30,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 22.02.2015

Bulgarische Ikonen aus dem Archäologischen Museum von Varna im Ikonen-Museum in Recklinghausen

Während Bulgarien das erste slawische Land war, das christianisiert wurde und in dem schon im 9. bis10. Jahrhundert wichtige Zentren der Malerei entstehen, verhindert die 500jährige osmanische Herrschaft seit dem Ende des 14. Jahrhunderts in Bulgarien eine lebendige Weiterentwicklung der Ikonenmalerei.
Erst durch das Erstarken einer unternehmerisch und handwerklich aktiven Gesellschaftsschicht seit der Mitte des 18. Jahrhunderts gibt es einen erneuten Aufschwung in der Kirchenkunst. In ihr werden auch Einflüsse der europäischen dekorativen Kunst spürbar, wobei die Farbe eine große Rolle spielt.
Die Ausstellung zeigt hervorragende Ikonen mit Darstellungen von Christus, der Muttergottes, von Kirchenfesten und Heiligen - die Highlights aus dem Museum in Varna.
Für Eintritt und Führung fallen ca. 9,00 Euro an. Die Anreise erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Der Preis dafür ist nicht im Entgelt von 12,00 Euro enthalten.

Exkursion
Veranstaltung 151-60302
Frank Scheidemann M.A.
Recklinghausen
Mittwoch, 22.04.15, 14.00-19.00 Uhr
4 UStd., 12,00 Euro

Das Arp Museum Bahnhof Rolandseck

Das Arp-Museum Bahnhof Rolandseck in Remagen ist ein Muss für jeden Architektur- und Kunstliebhaber. Das Museum setzt sich aus dem klassizistischen Bahnhofsgebäude und dem harmonisch in die Natur eingefügten, lichtdurchfluteten Neubau des amerikanischen Stararchitekten Richard Meier von 2007 zusammen. Das Ensemble bildet einen einzigartigen architektonischen Rahmen in spektakulärer landschaftlicher Lage mit Ausblick auf den Rhein und das Siebengebirge. Im Zentrum steht die Kunst der beiden Namenspatrone Hans Arp und Sophie Taeuber-Arp, die als Mitbegründer des Dadaismus und Vorreiter der Abstraktion eines der einflussreichsten Künstlerpaare des 20. Jahrhunderts waren. In einer Führung werden wir sowohl die Bedeutung des Künstlerpaares kennenlernen, als auch die Geschichte dieser ungewöhnlichen Kunststätte.
Für Eintritt und Führung fallen Kosten in Höhe von ca. 17,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60303
Dr. Sabine Weicherding
Remagen
Samstag, 21.03.15, 9.00-17.00 Uhr
8 UStd., 30,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 22.03.2015

Jugendstil in Brüssel: Die königlichen Gewächshäuser und Victor Horta

Die Königlichen Gewächshäuser mit ihren sieben Palmenhäusern aus dem 19. Jahrhundert öffnen nur einmal im Jahr ihre Tür für das Publikum. Sie gelten als Juwelen des Jugendstils, die die Architekt Balat und Horta entwarfen. Sowohl die Gebäude als auch die Sammlung exotischer Pflanzen laden zum Verweilen ein. Nachmittags werden wir uns in Brüssel das Jugendstil-Viertel anschauen. Brüssel ist die Jugendstil-Stadt in Europa. Lassen Sie sich auf dieser Exkursion von steinernen Schnörkeln, eisernen Blumen und seltener Pflanzenpracht verführen. Achtung!

Da man sich für die Königlichen Gewächshäuser nicht anmelden kann, muss mit längeren Wartezeiten gerechnet werden.

Für diese Exkursion sollte man gut zu Fuß sein und Ausdauer mitbringen. Für Eintritte fallen ca. 12,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60304
Reintje Brenders M.A.
Brüssel und Laken
Samstag, 25.04.15, 7.00-21.00 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Romantisches Deutschland: Celle

Celle gilt als Tor zur Lüneburger Heide und gehört zu den schönsten Fachwerkstädten Deutschlands. Über 400 Fachwerkhäuser und mehrere Kirchen prägen das romantische Stadtbild. Den Höhepunkt stellt jedoch das Celler Schloss dar, welches nicht nur durch seinen Renaissancestil besticht, sondern auch eine der interessantesten Schlosskapellen Deutschlands besitzt. Ende des 15. Jahrhunderts wurde sie im gotischen Stil errichtet. Herzog Wilhelm der Jüngere ließ sie bis 1568 in eine evangelische Kapelle umbauen. Aus dieser Zeit stammen die Gemälde des flämischen Malers Marten de Vos. Die Kapelle ist seit dieser Zeit weitgehend unverändert geblieben. Nach der Besichtigung des Schlosses folgt eine Pause, anschließend eine Stadtführung. Für Eintritte und Führungen fallen ca. 15,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60305
Frank Scheidemann M.A.
Celle
Samstag, 09.05.15, 8.00-21.00 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Burg Anholt und Kleve

Das Museum Kurhaus Kleve ist in den ehemaligen Kurbauten als Museum modernen Zuschnitts entstanden. Seine Bestände sind breit gefächert: Mittelalter, Klassische Moderne und Gegenwart. Umgeben ist das Museum von einer historischen Parklandschaft. Park und Museum werden wir im Rahmen einer fachkundigen Führung kennenlernen, ehe wir zur 30 Kilometer entfernten Burg Anholt weiterfahren. Burg Anholt, eines der größten Wasserschlösser Westfalens, ist seit 1811 Hauptsitz der Fürstenfamilie zu Salm-Salm. Um 1700 erfolgte der Ausbau der Burg zu einer repräsentativen Barockresidenz. Heute beherbergt die Wasserburg die private Kunstsammlung der Fürstenfamilie. Diese gilt als die größte, historisch gewachsene private Bildersammlung Nordrhein-Westfalens mit über 700 Gemälden, darunter herausragende Arbeiten niederländischer Maler des 17. Jh., wie Rembrandt, Jan van Goyen, Gerard ter Borch. Das Ensemble wird durch eine weitläufige Parkanlage umgeben. Für Eintritte und Führungen fallen ca. 25,00 Euro an, die vor Ort eingesammelt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60306
Dr. Sabine Weicherding
Kleve und Schloss Anholt
Samstag, 30.05.15, 8.00-20.00 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Vincent Van Gogh im Kröller-Müller Museum „125 Jahren Inspiration"

Im Kröller-Müller Museum in Otterlo (Hoge Veluwe) findet zum Anlass des 125. Todesjahres Vincent van Goghs die Ausstellung „Van Gogh & Co." statt. Die Ausstellung präsentiert traditionelle Kunstgattungen wie das Stillleben, die Landschaft und die menschliche Figur und ihre Umsetzung im späten 19. Jahrhundert. Ungefähr 50 Werke von van Gogh - Zeichnungen und Gemälde aus allen seinen Schaffensperioden - werden im Dialog mit Werken seiner Zeitgenossen ausgestellt. Ein Besuch dieser einzigartigen Ausstellung wird mit einer Führung durch den Skulpturengarten des Museums ergänzt. Für Führung und Eintritt fallen ca. 18,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60307
Reintje Brenders M.A.
Otterlo
Samstag, 13.06.15, 8.00-20.00 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 14.09.2014

Vincent van Gogh
Porträt Joseph Roulin (1888)

Das neue LWL-Museum für Kunst und Kultur in Münster

Nach fünf Jahren Bauzeit ist im vergangenen Herbst das Museum für Kunst und Kultur in Münster in neuer Erscheinung wiedereröffnet worden. Es war das größte Bauprojekt in der Geschichte des Landesverbands Westfalen Lippe. Der Berliner Architekt Volker Staab verband dazu den Altbau von 1908 mit einem modernen Anbau und entwickelte eine „Architektur der Höfe", die zwei städtische Plätze miteinander verbindet. Nach langem Warten ist jetzt wieder die beeindruckende und vielfältige Sammlung des Museums zu sehen, die in rund fünfzig Räumen präsentiert wird. Sie umfasst Werke von der mittelalterlichen Kunst aus Westfalen über das Barockzeitalter bis zur Moderne. Für Eintritt und Führung fallen ca. 15,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden. Die Anreise erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Der Preis dafür ist nicht im Entgelt enthalten.

Exkursion
Veranstaltung 151-60308
Dr. Andreas Zeising
Münster
Samstag, 20.06.15, 13.00-19.00 Uhr
4 UStd., 12,00 Euro

Romantisches Deutschland: Schloss Burg und der Altenberger Dom

Schloss Burg ist heute die größte rekonstruierte Burganlage in Nordrhein-Westfalen und kann auf eine wechselvolle Geschichte zurückblicken. Zunächst als Stammburg der Grafen von Berg um 1133 errichtet, wurde sie bis ins 17. Jahrhundert immer wieder aus- und umgebaut. Nach dem Dreißigjährigen Krieg verlor sie ihre einstige Bedeutung, so dass sie völlig verfiel. Erst zum Ende des 19. Jahrhundert wurde sie im Geiste des Historismus rekonstruiert. Heute kann man nicht nur die Burg sondern auch einen Kräutergarten besichtigen. Anschließend geht es weiter zum Altenberger Dom. Dieser wurde als zisterziensische Klosterkirche ab 1255 errichtet. Heute ist es besonders das vor ein paar Jahren neu restaurierte originale Maßwerkfenster, das noch vor 1400 entstand und die gesamten ausgewogenen Proportionen des gotischen Baus, welche den Altenberger Dom zu einem Höhepunkt spätmittelalterlicher Baukunst machen. Für Eintritte und Führungen fallen ca. 20,00 Euro an, die vor Ort eingesammelt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-60309
Frank Scheidemann M.A.
Schloss Burg und Altenberger Dom
Samstag, 04.07.15, 9.00-20.00 Uhr
8 UStd., 30,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 12.09.2014

Sonntags im Atelier

In Dortmund gibt es weit mehr als 100 Künstler und Künstlerinnen, die in unterschiedlichsten Sparten tätig sind. Darunter finden sich regional und überregional bekannte, zugereiste wie einheimische Künstler. Mit „Sonntags im Atelier" bietet die VHS Dortmund die Gelegenheit, Dortmunder Künstler kennen zu lernen. An einem Sonntagnachmittag lädt ein Dortmunder Künstler zum Gespräch in sein privates Atelier ein. Nach einer Vorstellung des Künstlers erläutert dieser für Sie sein Werk und steht Ihnen Rede und Antwort.

Sonntags im Atelier bei Renate Frerich

Die siebte Station unserer sonntäglichen Atelierbesuche führt uns zu Renate Frerich. Frerich absolvierte an der Fachhochschule Dortmund ein Studium im Bereich Grafik-Design. Neben Papier und Leinwand verwendet sie Werkstoffe wie Draht, Holz und Fotografien, aber auch Relikte des Alltags wie Bürsten, Haarnetze und Handschuhe. Frerichs Arbeiten thematisieren die Zeichenhaftigkeit unserer Zeit. Zwischen figürlich und zeichenhaft anmutende Chiffren rufen Assoziationen an alte Kulturen, verschlüsselte Sprachwelten und geheime Bildsprachen hervor. Doch wie funktioniert eine künstlerische Botschaft, wenn die verwendeten Elemente bekannt, aber unentschlüsselbar bleiben? Welche Spuren hinterlässt der Mensch und wie geht man mit diesen um? Immer wieder fordert Frerich Menschen auf, durch Gegenstände aus ihrem Leben an ihren Aktionen zu partizipieren. Dies kann über Fingerabdrücke erfolgen, über Haarlocken und über persönliche Berichte. Unser Besuch bietet die Gelegenheit, sich mit der Gedankenwelt von Renate Frerichs Kunstwelt auseinanderzusetzen.
Der Treffpunkt wird noch bekannt gegeben.

Exkursion
Veranstaltung 151-60310
Dr. Sabine Weicherding
Dortmund
Sonntag, 01.03.15, 15.00-16.30 Uhr
2 UStd., 15,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 06.10.2015

Heimatkunde - Westfälische Juden und ihre Nachbarn
eine Ausstellung des Jüdischen Museums Westfalen in Dorsten

Thematisiert wird in dieser Ausstellung das Zusammenleben von Juden und Nichtjuden in Westfalen. Auch Juden haben ein besonderes Verhältnis zu ihrer Heimat. Geschichtliche Spuren aus dem 19. und 20. Jahrhundert zeichnen die verschiedenen Stationen der Sesshaftwerdung nach. Dabei werden ganz verschiedene Berufszweige wie Kaufleute, Dichter, Soldaten, Wandergesellen usw. vorgestellt und deren Lebenswege beschrieben. Die Ausstellung rückt nachbarschaftliche Nähe als Chance und Gefährdung der Jüdischen Minderheit ebenso in den Fokus der Betrachtung wie Heimatverlust, oder die Aneignung mehrerer Heimaten.

Thematisiert werden aber auch Heimatrecht, Heimatliebe und auch Heimweh.

In Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-jüdische Zusammenarbeit und der AgNRW.

Exkursion
Veranstaltung 151-52500
Dr. Sabine Weicherding
Dorsten
Sonntag, 19.04.15,
13.00-19.00 Uhr, 6 UStd.
13,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 29.03.2015

Staatsgalerie Stuttgart: Oskar Schlemmer – Visionen einer neuen Welt

Die Große Landesausstellung 2014 in der Stuttgarter Staatsgalerie würdigt das facettenreiche Werk des Stuttgarter Bauhauskünstlers, das alle Varianten der Malerei ebenso wie Skulptur und Bühnenkunst umfasst. Seit fast 40 Jahren sind die Arbeiten Schlemmers nicht mehr so umfassend in Deutschland zu sehen gewesen. Neben zahlreichen Gemälden, Skulpturen, graphischen Arbeiten und Originalkostümen werden auch bislang unveröffentlichte Dokumente die künstlerische Vision Schlemmers vermitteln. Schlemmers Auffassung vom Menschen als »Maß aller Dinge« war zu seiner Zeit am Bauhaus einzigartig. Dabei spricht er der Kunst die Kraft zu, die Erschaffung einer neuen Welt zu bewirken. Oskar Schlemmer hat sich sein Leben lang mit dem menschlichen Körper in der Kunst auseinandergesetzt. Er beschäftigte sich zudem mit Ausdruckstanz und schuf das berühmte Triadische Ballett, dessen Figurinen auch in Stuttgart zu sehen sind.
Der Vortrag gibt einen Einblick in die Ausstellung „Oskar Schlemmer - Visionen einer neuen Welt" und stellt im Besonderen sein Triadisches Ballett vor. Die Ausstellung ist bis zum 6. April 2015 in der Staatsgalerie Stuttgart zu sehen. Dr. Ina Conzen, Stellvertretende wissenschaftliche Direktorin der Staatsgalerie Stuttgart und Kuratorin der Ausstellung „Oskar Schlemmer" wird in die Thematik einführen.

Webinar
Veranstaltung 151-60400
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Kunsthalle Bremen: Émile Bernard – Am Puls der Moderne

In Kooperation mit den Musées d'Orsay et de l'Orangerie in Paris präsentiert die Kunsthalle Bremen eine große Retrospektive des französischen Künstlers Emile Bernard (1868-1941), die erstmals auch sein kaum bekanntes Spätwerk einbezieht. Gezeigt werden hochrangige Leihgaben aus dem Musée d'Orsay und internationalen Sammlungen sowie Bilder aus dem Besitz der Nachfahren Bernards. Ausgewählte Arbeiten von Paul Gauguin, Vincent van Gogh und Henri de Toulouse-Lautrec ermöglichen Vergleiche mit seinen berühmten Zeitgenossen, mit denen er engen Kontakt pflegte und in deren Schatten er zeitlebens stand: Mit Toulouse-Lautrec studierte er in Paris, mit Gauguin entwickelte er 1888 in der Bretagne die symbolistische Malerei, Cézanne inspirierte ihn in Aix-en-Provence, und für seinen Freund van Gogh setzte er sich auch nach dessen Tod ein.

Der umfassende Einblick in sein Oeuvre veranschaulicht seine Vielfältigkeit und präsentiert ihn als einen der innovativsten aber auch eigensinnigsten Künstler des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts.
Der Vortrag zur Ausstellung stellt den Künstler Emil Bernard vor und gibt ihm seinen rechtmäßigen Platz in der Geschichte der modernen Malerei.
Die Ausstellung ist vom 7. Februar bis 31. Mai 2015 in Bremen zu sehen.
Dr. Dorothee Hansen, die stellvertretende Direktorin der Kunsthalle Bremen und Kuratorin der Ausstellung, wird in das Thema einführen.

Webinar
Veranstaltung 151-60401
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Städtische Galerie im Lenbachhaus, München: August Macke und Franz Marc. Eine Künstlerfreundschaft

Aus Anlass des 100. Todesjahres von August Macke organisiert das Lenbachhaus in Kooperation mit dem Kunstmuseum Bonn eine Ausstellung zu August Macke und Franz Marc. Sie widmet sich ausschließlich der Freundschaft und dem künstlerischen Austausch von August Macke und Franz Marc. Eine gezielte Auswahl von Gemälden, Aquarellen, Skizzenbüchern, kunstgewerblichen Objekten und Dokumenten wird Leben und Werk der beiden Künstler zwischen 1910 und 1914 verflechten und ihre wechselseitige Beeinflussung darstellen. Dabei werden nicht nur die auffallenden Parallelen ihrer jeweiligen Rezeption von Kubismus, Orphismus und Futurismus deutlich, sondern auch verblüffende Gemeinsamkeiten ihrer Entwicklung und Interessen, die ihnen eine Sonderstellung im Kreis des Blauen Reiter verleihen.
Der Vortrag gibt einen Überblick über ausgewählte in der Ausstellung gezeigte Werke und verfolgt die Spuren der einzigartigen Künstlerfreundschaft von Macke und Marc.
Die Ausstellung ist vom 28. Januar bis 3. Mai 2015 in München zu sehen.
Monika Bayer-Wermuth, Kunsthistorikerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lenbachhaus München, wird in die Ausstellung einführen.

Webinar
Veranstaltung 151-60402
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 17.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Kunsthalle Mannheim: Der doppelte Kirchner. Die zwei Seiten der Leinwand

„Auch ich muss etwas sparen jetzt, und das Material ist sehr kostspielig geworden. Aber die Leinwand hat Gott sei Dank 2 Seiten", schrieb Ernst Ludwig Kirchner 1919. Und so löste Kirchner, einer der weltweit bekanntesten deutschen Expressionisten, aus finanzieller Not eine Vielzahl seiner Gemälde aus ihrem Keilrahmen, spannte sie anders herum wieder auf und bemalte sie erneut. Die Kunsthalle Mannheim rückt das von Kunstwissenschaft und Kunsthandel heftig diskutierte Thema der Rückseiten-Bilder erstmals ins Zentrum einer Ausstellung. Den Anstoß dazu bildete die Wiederentdeckung des Marokkaners (1909/1910) im Rahmen seiner Restaurierung 2009 auf der Rückseite des Kirchner-Gemäldes Gelbes Engelufer, Berlin (1913) aus der Sammlung der Kunsthalle Mannheim.
Der Vortrag stellt die spannende Thematik der Rückseiten-Bilder Ernst Ludwig Kirchners in den Fokus.
Die Ausstellung ist vom 6. Februar bis 31. Mai 2015 in Mannheim zu sehen.
Melanie Baumgärtner M.A., Kunsthistorikerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Kunsthalle Mannheim, wird den Vortrag halten.

Webinar
Veranstaltung 151-60403
Frank Scheidemann M.A.
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 24.03.15, 18.30-19.30 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Hyazinthenteppich (1910), August Macke

Auf den Spuren Lucas Cranachs des Älteren in Wittenberg

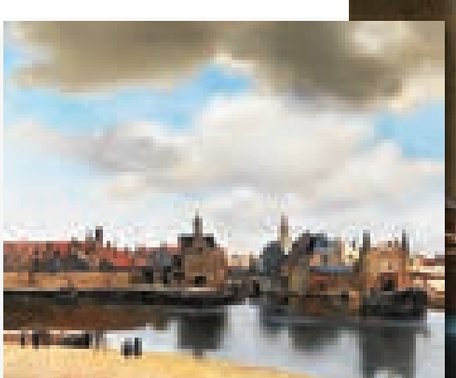
Lucas Cranach der Ältere gehört zu den bedeutendsten Malern der Deutschen Renaissance und hat ein beachtliches Werk hinterlassen. Anlass zu dieser Fahrt ist eine große Cranach-Ausstellung in Wittenberg. Ausser einer Stadtbesichtigung in Wittenberg steht auch noch die Besichtigung des Wörlitzer Parks auf dem Programm.
Im Reisepreis in Höhe von **345,00 Euro** sind enthalten: zwei Übernachtungen/Frühstücke in einem Mittelklassehotel in Wittenberg, alle Eintritte und Führungen.
Einzelzimmerzuschlag: **45,00 Euro**.

Veranstaltung 151-60500
Frank Scheidemann M.A.
Wittenberg
16.10.-18.10.15
Reisepreis pro Person: **345,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **45,00 Euro**.

Pilsen – Kuturhauptstadt 2015 – und die Zeit um 1800 in Böhmens Bädern

Der Böhmerwald, das Kloster Kladrau und natürlich die Theaterstadt Pilsen, die 2015 Kulturhauptstadt sein wird, sind Ziele dieser Reise. Besucht werden aber auch Marienbad, Bad Königswart, Eger, das einstmals Wallenstein beherbergte und vieles mehr, wie zum Beispiel die Teilnahme an Veranstaltungen anlässlich des Kulturhauptstadtjahres, die noch nicht bekannt sind.
Im Reisepreis von **750,00 Euro** pro Person im **Doppelzimmer/Frühstück** sind weiter drei Abendessen (exkl. Getränke), Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus, Eintritte und Führungen enthalten.
Einzelzimmer: **850,00 Euro**

Veranstaltung 151-60510
Pilsen
11.06.-14.06.15
Reisepreis pro Person: **750,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **100,00 Euro**



Ansicht von Delft, etwa 1660/1661, Jan Vermeer

200 Jahre „Schlacht bei Waterloo" – Eine Exkursion

Im Sommer 2015 findet anlässlich der 200-Jahrfeier zum Gedenken an die Schlacht von Waterloo eine Rekonstruktion der Schlacht statt, die es in diesem Umpfang in Europa noch nicht gegeben hat: 5000 Statisten, 300 Pferde und 100 Artilleriegeschütze, darüber hinhaus spiegeln viele Ausstellungen die verschiedenen Aspekte dieser Schlacht wider. Auf dieser Reise ins Jahr 1815 erleben Sie Geschichte hautnah und von ihrer spannendsten Seite. Stadtrundfahrt Brüssel, Abendveranstaltung „Der Angriff der Franzosen" (Tribünenplatz), Besuch der Feldlager in Waterloo mit den Hauptquartieren von Wellington und Napoleon, Löwenhügel, Wellington Museum, Napoleon-Museum, Abendveranstaltung „Der Gegenangriff der Alliierten" (Tribünenplatz), Museum „Fin de siècle" in Brüssel.
Leistungen: Fahrt im modernen Reisebus, 2 Übernachtungen/Frühstück im 4-Sterne-Hotel-Silken Berlaymont, Tribünenplätze für beide Schlachten, Besuch dreier Feldlager, Museumspass in Waterloo, Napoleons Hauptquartier, Museum Fin de siecle, Stadtrundfahrt Brüssel
389,00 Euro pro Person im Doppelzimmer
Einzelzimmerzuschlag: **84,00 Euro**.

Veranstaltung 151-60530
Malte Pattberg
Brüssel und Waterloo
19.06.-21.06.15
Reisepreis pro Person: **389,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **84,00 Euro**

Dienstmagd mit Milchkrug, 1658–1660. Jan Vermeer

Die großen Maler des „Goldenen Zeitalters" der Niederlande: Frans Hals in Haarlem, Vermeer in Delft und Den Haag, Rembrandt in Amsterdam

Anlass dieser Studienreise ist die große Ausstellung „Rembrandt ... die letzten Jahre" in Amsterdam. Aber viele weitere Stationen, Museen und Sehenswürdigkeiten stehen auf dem Programm. So geht es nach Haarlem ins Frans-Hals-Museum, weiter nach Marken und Monnikendam, zu Vermeer nach Delft und nach Den Haag ins neu eröffnete Mauritshuis, zu Rembrandt nach Amsterdam ins Rijksmuseum.
Zwei Übernachtungen/Frühstück in Purmerend bei Amsterdam; ein Abendessen (exkl. Getränke), Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus, Stadtführungen in Delft, Den Haag, Amsterdam und Haarlem, Eintritt und Führungen im Mauritshuis, im Rijksmuseum und im Frans Hals-Museum.
Preis pro Person im Doppelzimmer: 589,00 Euro,
EZ-Zuschlag pro Nacht: **35,00 Euro**.

Veranstaltung 151-60540
Frank Scheidemann M.A.
Amsterdam
06.05.-10.05.15
Reisepreis pro Person: 589,00 Euro
EZ-Zuschlag pro Nacht: **35,00 Euro**

Paris, die klassische Moderne und Mons, Kulturhauptstadt 2015

Diese Studienreise führt zunächst nach Paris, ins Zentrum der Moderne. Hier wurde gerade das Musée Picasso wiedereröffnet, es steht aber auch noch eine große Bonnard-Ausstellung auf dem Programm. Notre Dame, Centre Pompidou, das Atelier Brancusi, Monmatre und der Park de la Villette, die Cité de la Musique und die Architektur von Christian de Portzsamparc stehen in Paris auf dem Programm.
Von Paris geht es dann weiter nach Mons, der Kulturhauptstadt 2015, die ganz im Zeichen einer gorßen van Gogh-Ausstellung steht. Hier rundet eine Stadtführung das Programm ab.
Drei Übernachtungen in einem Mittelklassehotel mit Frühstück, drei Abendessen (exkl. Getränke), Hin- und Rückfahrt in einem modernen Reisebus und die entsprechendenden Eintritte und Führungen sind in dem Reisepreis von **945,00 Euro pro Person im Doppelzimmer** enthalten.
Einzelzimmerzuschlag: **38,00 Euro**.

Veranstaltung 151-60550
Paris
23.04.-26.04.15
Reisepreis pro Person: **945,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **38,00 Euro**.

Kunstschätze in Kampanien

Auf dieser Rundreise am Golf von Neapel stehen die antiken Städte Pompeji und Herkulaneum, aber auch die Inseln Procida und Capri auf dem Programm. Zentrum der Entdeckungstouren wird Neapel selbst sein. Hier geht es auf die Volmero-Höhe, ins spanische und ins königliche Viertel, aber auch das Spacca-Quartier und die Werke Caravaggios werden besichtigt. Den Höhepunkt bildet ein Besuch einer Verdiaufführung im Teatro San Carlo am Golf von Neapel.
Im Reisepreis von **1.495,00 Euro pro Person im Doppelzimmer** sind vier Übernachtungen mit Frühstück in einem Viersternehotel in Neapel enthalten, weiter vier Abendessen, Hin- und Rückflug Köln/Neapel/Köln, alle Gebühren, Eintritte, Bustouren und Führungen. Einzelzimmerzuschlag pro Nacht: **40,00 Euro**.

Veranstaltung 151-60560
Neapel
06.05.-10.05.15
Reisepreis pro Person: **1.495,00 Euro**
EZ-Zuschlag pro Nacht: **40,00 Euro**

Von der Oder-Metropole Breslau ins Vorland des Riesengebirges

Breslau hat viele Gesichter. Sie ist die Stadt der Gotik und des Barocks und galt auch als Hauptstadt der klassischen modernen Architektur. Auf dem Programm stehen Dom- und Sandinsel, die Universität, die Markthalle, die berühmte Jahrhunderthalle und die Werkbundsiedlung. In Schweidnitz erwartet den Besucher dann das barocke Schloss Fürstenstein, in Salzbrunn hat Gerhart Hauptmann seine Spuren hinterlassen und im jüdischen Viertel in Breslau kann man etwas von der großen Vergangenheit der jüdischen Bewohner spüren. Abends geht es als letzten Höhepunkt der Reise in die alte Oper von Breslau.
Zum Reisepreis in Höhe von **875,00 Euro gehören pro Person im Doppelzimmer / Frühstück** drei Übernachtungen im zentralen Viersternehotel in Breslau, zwei Abendessen (exkl. Getränke), Reiseleitung, Eintritte und Führungen.
Einzelzimmerzuschlag: **120,00 Euro**.
Dies ist eine Kooperationsveranstaltung mit der VHS Werne.

Veranstaltung 151-60570
Breslau
23.04.-26.04.15
Reisepreis pro Person: **875,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag: **120,00 Euro**

Breslau um 1900

Barcelona – Gotik, Gaudi und Genuss pur!

Entdecken Sie die Metropole Kataloniens! Die mediterrane Weltstadt am Mittelmeer ist ein Fest für Kulturliebhaber: extravagante Architektur, avantgardistisches Design, hochklassige Museen, Parks, Märkte und nette Menschen, die den Besuchern katalanisches Nationalgefühl vermitteln und ihnen eine auffallend heitere Gelassenheit und große Gastfreundschaft entgegenbringen. Die Kombination aus uraltem kulturellem Erbe und dem Schwung der Moderne macht Barcelona zu einer der kulturell bedeutendsten Städte Europas.
Wandeln Sie auf den Spuren Antonio Gaudís, der die Stadt wie kein anderer prägte, mit seinen berühmten Bau- werken wie die Sagrada Familia. Lassen Sie sich auf den zahlreichen Märkten kulinarisch überraschen und schlendern Sie über die Flaniermeilen, die Ramblas. Genießen Sie die Aussicht von einem der vielen Aussichtspunkte z.B. dem Parc Güell oder durchstreifen Sie das Gotische Viertel, in dem sich seit dem Mittelalter nicht allzu viel verändert zu haben scheint. Oder Sie besuchen ein Museum und stärken sich in einer Tapas-Bar. Genießen Sie Barcelona, die Weltstadt mit Flair, mit allen Sinnen!
Preis pro Person im DZ: ca. 650,00 Euro,
Einzelzimmerzuschlag **132,00 Euro**.

Das detaillierte Programm finden Sie unter **www.studienreisen-vhs.de**.

Dies ist eine Kooperationsveranstaltung mit der VHS Werne.
Bitte melden Sie sich direkt dort an:
Tel.: 02389-71554 oder E-Mail: vhs@werne.de.

Veranstaltung 151-60580
Frank Scheidemann M.A.
Barcelona
09.04.-12.04.15
Reisepreis pro Person: **ca. 650,00 Euro**
Einzelzimmerzuschlag **132,00 Euro**.

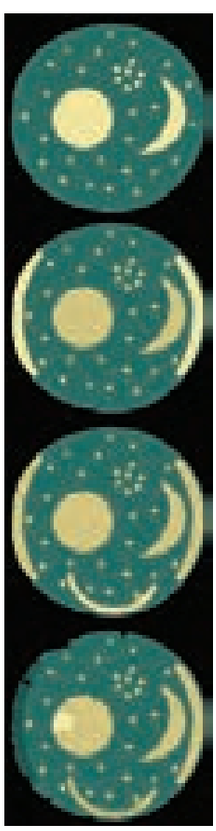
Breslau, Rathaus

Ins Reich der Mitte – China

China gehört auch heute noch zu den letzten großen Reiseerlebnissen. Kommen Sie mit auf eine Entdeckungstour ins Land der Mitte. Auf dem umfangreichen Programm stehen die Provinz Sichuan mit den Städten Chengdu, Huanglongxi, Chongqing, mit ihren Sehenswürdigkeiten, wie z.B. einer Aufzuchtstation für Pandabären, die buddhistischen Tempel Gulong, Zhenjiang und Chaoyin, einer Exkursion zum Heiligen Berg Qingcheng Shan, die Besichtigung von Dazu, einer buddhistischen Grottenanlage und vieles mehr. Weiter geht es in die Provinz Hunan. Hier erwartet Sie der Nationalpark Zhiangjiajie im Wuling Juan Gebirge. Weiter geht es in den Süden Chinas nach Fenghuang, von dort geht es zur Großen Mauer und der Festungsstadt Huangsiqiao. Viele weitere Eindrücke von den Menschen und der Landschaft runden das großartige Programm ab.

Die Fahrt findet vom 29.03. - 12.04.2015 statt und kostet **pro Person im Doppelzimmer 2.620,00 Euro**. Ihre Reisebegleiterin ist Frau Hua Pan-Witzel, die in China aufgewachsen ist und seit 25 Jahren in Deutschland lebt. Sie kennt beide Kulturen bestens und freut sich darauf, Ihnen ihre Heimat zeigen zu dürfen.
Alle weiteren Informationen erhalten Sie unter www.studienreisen-vhs.de oder fordern Sie unseren Reiseprospekt an: fscheidemann@stadtdo.de oder unter 0231/50 25 61 6.

Veranstaltung 151-60590
Hua Pan-Witzel
China
29.03-12.04.15
Reisepreis pro Person: **2.620,00 Euro**

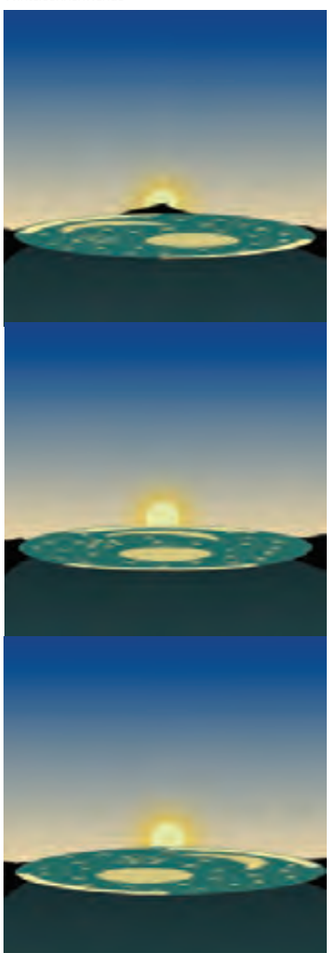


Die Himmelsscheibe von Nebra – eine Studienfahrt nach Halle

Die Himmelsscheibe von Nebra zeigt uns die bislang älteste konkrete Darstellung des Kosmos. Die geschätzte 3700 bis 4100 Jahre alte runde Bronzescheibe mit Goldauflage misst 32 cm im Durchmesser und zeigt die Sonne, eine Mondsichel und insgesamt 32 goldene Sterne. Die abstrakten Darstellungen auf der Scheibe sind außergewöhnlich, weil sie jahrzehntelange präzise Himmelsbeobachtungen und einen hohen Abstraktionsgrad voraussetzen, den man bislang bei bronzezeitlichen Menschen außerhalb der Hochkulturen im Vorderen Orient nicht vermutet hatte. Heute wird die Himmelsscheibe von Nebra im Landesmuseum für Vorgeschichte in Halle aufbewahrt, wo Prof. Dr. Winnenburg sie den Teilnehmern vorstellen wird. Weiter führt die Exkursion auch zum Fundort auf den Mittelberg bei Wangen.
Leistungen: Eine Übernachtung pro Person im Doppelzimmer / Frühstück in Halle; Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus; eine Stadtrundfahrt/ -gang in Weimar; Eintritt und Führung im Landesmuseum für Vorgeschichte in Halle und im Besucherzentrum Nebra.
Einzelzimmerzuschlag: **15,00 Euro**.

Veranstaltung 151-60595
Prof. Dr. Wolfram Winnenburg
Halle
Samstag, 25.04.-26.04.15
8.00-22.00 16 UStd.
180,00 Euro

Die Himmelsscheibe von Nebra
Darstellung von:
Sommersonnenwende,
Herbst- und Frühlingsanfang,
Wintersonnenwende



Literatur

Programmbereichsleitung:
Ulrike Rüthing-Vollmer (li.)
(0231) 50-2 47 29
uruething-vollmer@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Tanja Rogowski
(0231) 50-2 48-91
trogowski@stadtdo.de

Die Welt der Bücher

Leseerfahrungen austauschen

Lesezirkel im Wasserschloss

In diesem Lesekreis im schönen Ambiente des Hauses Rodenberg wollen wir uns im kommenden Wintersemester mit neueren deutschen Autoren beschäftigen: Wir beginnen mit Friedrich Christian Delius, dem vielseitigen und hochgelobten Schriftsteller und zwei seiner langen Erzählungen, für die die Stadt Rom den Hintergrund bildet: das sind „Bildnis der Mutter als junge Frau", im Jahr 1943 spielend und das gerade erschienene Buch „Die linke Hand des Papstes". Weitere Autoren könnten Markus Werner, Sten Nadolny und Klaus Modick sein. Darüber entscheiden wir in der ersten Lesestunde am 04. Februar.

Veranstaltung 151-62104D
Marie Deegener
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
9.30-11.45 Uhr, 24 UStd.
96,00 Euro

Lesen – Diskutieren – Verstehen

Dieses Seminar wendet sich an alle, die Interesse daran haben, im Gedankenaustausch mit anderen literarische Texte und Themen zu erschließen. Die Themen werden in einer ersten Vorbesprechung gemeinsam ausgewählt.

Veranstaltung 151-62105D
Elisabeth Durm
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd., 120,00 Euro

Wege durch den Dschungel der modernen Literatur

Wir picken uns die Rosinen aus dem riesigen Angebot an Romanen und Erzählungen der Gegenwart und lesen, diskutieren, begreifen. Diesmal sollen neue und wichtige Texte aus nicht-europäischen Literaturen unser Thema sein, die wir uns zu Beginn der Veranstaltung gemeinsam aussuchen werden. In Frage kommen Autorinnen und Autoren wie Nadine Gordimer, J. M. Coetzee aus Südafrika, Roberto Bolano aus Chile, Pavel Huelle aus Polen und Meir Shalev aus Israel. Alle diese Schriftsteller und Schriftstellerinnen werden auch in Deutschland besprochen. Im Mittelpunkt dieser Veranstaltung stehen die gemeinsamen Leseerfahrungen und der Spaß an aktuellen Veröffentlichungen.

Veranstaltung 151-62108D
Marie Deegener
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Goethe, Faust 1 und Faust 2

Wer kennt nicht geflügelte Worte wie „Gretchenfrage"?
Dass das Drama um den erkenntnishungrigen Gelehrten, der sich mit dem Teufel verbindet, auch ausgesprochen moderne Probleme anspricht, ist weniger bekannt.
Veranstaltungsform:
Es werden Auszüge aus beiden Teilen gelesen und außerdem wird die bekannte Verfilmung mit Gustaf Gründgens gezeigt.

Veranstaltung 151-62109D
Elisabeth Durm
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd.
120,00 Euro

Rund um den Buchbetrieb

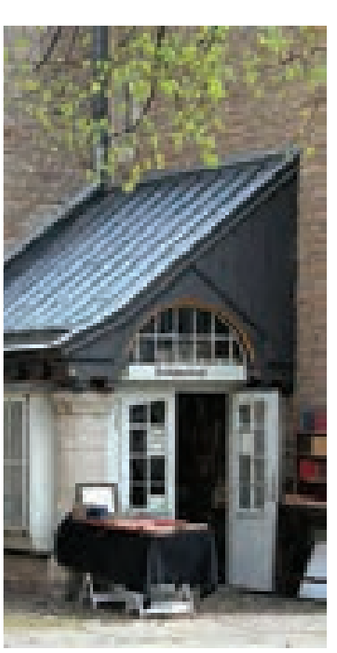
Wieder sind wir zu Gast bei transfer, der Hörder Buchhandlung, in der sich unser Lesekreis über ältere und neue Romane informiert und im Gespräch austauscht. Wir wollen uns diesmal beschäftigen mit dem Werk von Michael Ondaatje, dem vielseitigen und preisgekrönten kanadischen Schriftsteller, dessen Bücher immer auch seine niederländisch-tamilisch-singalesische Herkunft berühren. Im Mittelpunkt wird der jüngste seiner Romane „Katzentisch" stehen, der von einer unglaublichen Reise berichtet und den Vergleich mit Mark Twains „Huckleberry Finn" an vielen Stellen nahelegt.

Veranstaltung 151-62110D
Marie Deegener
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
5 x Montag, ab 02.02.15
16.00-17.30 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Theater muss sein – mehr denn je!

Theater ist eine Kunst, die sich immer im Wandel befindet. Die VHS bietet in Zusammenarbeit mit dem Theater Dortmund und der Dozentin und Produzentin Dr. Monika Pirklbauer, seit Jahren erfolgreich Texte, Themen und Einblick in die wunderbare Welt des Theaters. Wir orientieren uns am Spielplan des Schauspielhauses, der im zweiten Teil der Spielzeit unter anderem folgende Stücke und Fragestellungen bietet: von der Groteske um die Bekenntnisse eines Masochisten bis zu dem Klassiker „Moby Dick", von dem Klassiker des Skandals Houllebeque bis zur Operette Häuptling Abendwind oder der klassischen Elektra - immer werden wir in die aktullen Tendenzen und Strömungen des Theaters mitgenommen. Wir diskutieren mit seinen Vertretern, erstellen selbst den idealen Spielplan und gewinnen Einblicke in die Welt hinter den Kulissen. Probenbesuche, Diskussionen, Theaterbesuche zu günstigen Konditionen und Führungen runden das Programm ab.
Vorbildung ist nicht erforderlich, aber Freude am Lesen, Zuhören und Mitdiskutieren.

Veranstaltung 151-62112
Dr. Monika Pirklbauer
Cafeteria Schauspielhaus, Hiltropwall
10 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd, 60,00 Euro



Literarische Workshops

Philosophie des Sports

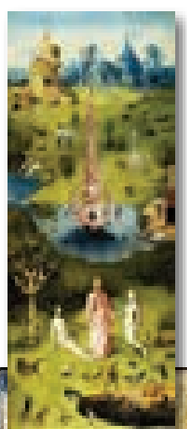
Philosophie des Sports
Der Sport als zentraler Bestandteil unseres Alltags soll im Kurs unter philosophischen Perspektiven thematisiert werden.
Themen u.a.: Arbeit-Sport-Spiel, Funktion des Sports in der modernen Gesellschaft, Ethik des Sports, Begriff der Leistung

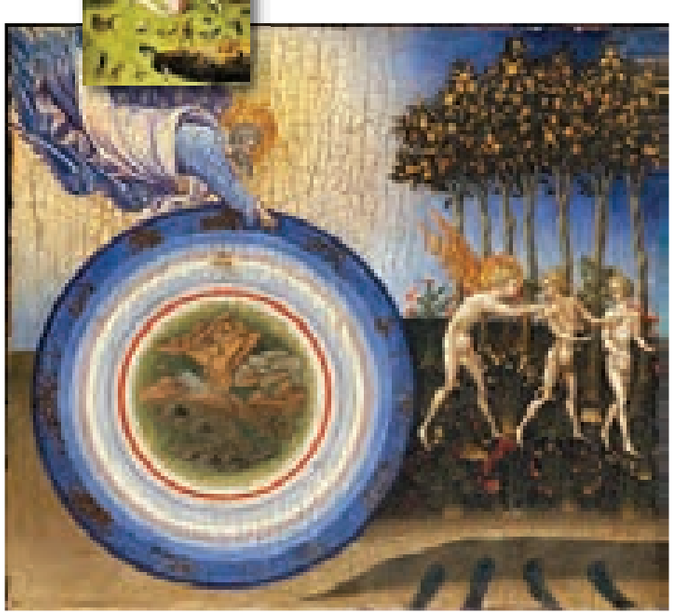
Veranstaltung 151-62152D
Prof. Dr. Hans-Ulrich Lessing
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
5 x Dienstag, ab 10.02.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd., 40,00 Euro

Michel de Montaigne

Dem französischen Landedelmann und Philosophen Michel de Montaigne aus dem 16. Jahrhundert verdanken wir eines der tiefsinnigsten Bücher der Weltliteratur: die „Essais". In der bunten Aphorismen-Sammlung zeigt sich die neuartige Weltsicht des modernen Menschen, die einen radikalen Bruch mit dem Denken des Mittelalters darstellt. Nicht umsonst war Montaigne der Lieblingsautor von Friedrich Nietzsche. Nach diesem Seminar werden Sie durch Lektüre-Auswahl und Erklärungen die zentralen Ideen der „Essais" und ihre Bedeutung verstehen können. Zusätzlich werden Hintergrundinformationen zu Montaignes Leben und der Epoche der Renaissance gegeben.

Veranstaltung 151-62154D
Dr. Birger Ludwig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Mittwoch, ab 04.02.15
19.30-21.45 Uhr, 12 UStd., 48,00 Euro





John Milton: Das verlorene Paradies

Milton ist die gottbegnadete Orgelstimme Englands. Im 17. Jahrhundert hat er mit „Paradise Lost" ein Werk geschaffen, das für alle Zeiten einen hohen Rang in der Weltliteratur einnimmt. In bilderreicher, kraftvoller Sprache erzählt es von der Revolte des Engels Luzifer, der Verführung von Adam und Eva und ihrer Vertreibung aus dem Paradies und dem gewaltigen letzten Kampf zwischen Gut und Böse. Das Epos besitzt das seltsam Zauberhafte des exotischen, ungeheurlichen, dämonisch-göttlichen Geistes dessen, der es gestaltet hat. In diesem Seminar werden Ausschnitte gelesen und Inhalt und Struktur erläutert. Hintergrundinformationen erleichtern Zugang und Verständnis. Bilder zu Himmel und Hölle, Engel und Teufeln veranschaulichen die Thematik.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Wer sich das Buch anschaffen möchte, dem sei die gelbe Reclam-Ausgabe „John Milton: Das verlorene Paradies" empfohlen.

Veranstaltung 151-62156D
Dr. Birger Ludwig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Mittwoch, ab 11.03.15
19.30-21.45 Uhr, 12 UStd.
48,00 Euro

Fifty Shades of Grey - ein erotisches Buch wird zum Bestseller

Fifty Shades of Grey - ein erotisches Buch wird zum Bestseller
Das Phänomen der Sexualisierung des Alltags ist nicht zuletzt auch in den Medien allgegenwärtig; fast kein Lebensbereich bleibt inzwischen davon verschont. In der Kunst waren Sex und Erotik schon immer präsent, sozusagen ein Dauerbrenner, und da stellen sich sofort eine Menge Fragen: gibt es eine weibliche oder männliche Sexualität?
Wie kommt sie vor und was sagt das aus über die Gesellschaft, in der sie stattfindet? Umso aufschlussreicher ist es, ein wenig an der Oberfläche der Darstellungen zu kratzen und allgemeine Sehgewohnheiten und die Ästhetik der Körper zu hinterfragen. Beispiele aus allen literarischen Gattungen, Film, TV, Internet und Bildende Kunst runden die Veranstaltung ab.
Mit anderen Worten - was Sie immer schon über Sex wissen wollten, aber nie zu fragen wagten.

Veranstaltung 151-62160D
Dr. Monika Pirklbauer
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
5 x Freitag, ab 24.04.15
18.00-19.30 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Was der Bauer nicht kennt… - Eine literarisch-ethnologische Auseinandersetzung mit dem Fremden"

Jede Generation hat ihre Schreckgespenster, ihre unbekannten, ungeliebten Fremden. Was den alten Griechen die Perser, den Spaniern die Ureinwohner Amerikas, den Nachkriegsdeutschen die Türken und Polen waren, das sind uns heute - in stark verkleinerter Form - die Roma, besonders in Dortmund. Medial geschürte Ängste, Vorurteile, Abneigung sind nicht die einzigen Wege multikultureller Begegnung. Neugierde, Dialog und Verständnissuche sind nachhaltige Umgangsmethoden. Literarische und ethnologische Texte zeigen exemplarisch auf, auf welche Weise sie beschritten werden könnten.

(Aktueller) Bezug: z.B. medialer Umgang mit Liedtexten von Bushido

Literaturvorschläge:
Kafka, **„Kleine Fabel"**
Baudelaire, **„Das Aas"**
Borges, **„Das geheime Wunder"**
De Sade, **„Verbrechen der Liebe"** (in Auszügen)
Lichtenstein, **„Die Operation"**
Houellebecq, **„Ausweitung der Kampfzone"** (in Auszügen)
Goetz, **„Subito"** (samt Video)
Maslowska, **„Schneeweiß und Russenrot"** (in Auszügen)
Eine Kooperationsveranstaltung mit dem PB Politik

Veranstaltung 151-62162D
Katharina Schultejans
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Donnerstag, ab 07.05.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Autorenstammtisch

Ort, Zeit und Möglichkeit für Gespräche und Austausch von Informationen, Ideen, Manuskripten, Kritik ... und ‚Aushecken' von neuen Projekten.

Jeden 3. Dienstag im Monat!

Veranstaltung 151-62204
Thomas Kade
Literaturhaus Dortmund, Neuer Graben 78
5 x Dienstag, ab 20.01.15
20.00-21.30 Uhr, 10 UStd.
entgeltfrei

Schreibwerkstatt „Kreatives Schreiben"

Egal ob Sie zum ersten Mal eine Schreibwerkstatt besuchen oder schon oft dabei waren: An (fast) jedem Kursabend werden Sie einen neuen Text verfassen, diesen Text vorlesen und von den anderen Kursteilnehmern Resonanz erhalten. Eine häufige Reaktion bei Anfängern: Das hätte ich mir gar nicht zugetraut. Aber weil es alle machen, weil es fröhlich und locker bei uns zugeht, wächst das Selbstvertrauen und - ganz wichtig - der Spaß am Schreiben!
In dem Kurs um 17.00 Uhr wird auf Anfänger/innen besonders Rücksicht genommen.

Veranstaltung 151-62300
Gisela Schalk
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.00-19.15 Uhr, 30 UStd., 90,00 Euro

Veranstaltung 151-62301
Gisela Schalk
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.45 Uhr, 30 UStd., 90,00 Euro

Veranstaltung 151-62302
Gisela Schalk/Ursula Posse-Kleimann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 22.04.15
17.00-19.15 Uhr, 27 UStd., 81,00 Euro

Veranstaltung 151-62303
Gisela Schalk/Eva Encke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 22.04.15
19.30-21.45 Uhr, 27 UStd., 81,00 Euro

Geschichte(n) schreiben

Worte haben die Fähigkeit, Vergangenes in die Gegenwart zu holen, Verstecktes zu entdecken, Unsichtbares sichtbar zu machen. In diesem Kurs gehen wir mit Stift und Zettel unseren eigenen Geschichten nach, die gerne auch etwas mit der Geschichte, unserer jetzigen Geschichte, unserer Zeit zu tun haben können. In offenem Austausch über Worte und Texte und mit gezielten Übungen findet so jeder Teilnehmer sein ganz eigenes Stück geschriebener Geschichte(n).

Veranstaltung 151-62306D
Amelie Hauptstock
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
6 x Freitag, ab 24.04.15
10.00-12.30 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Literarische Neuerscheinungen

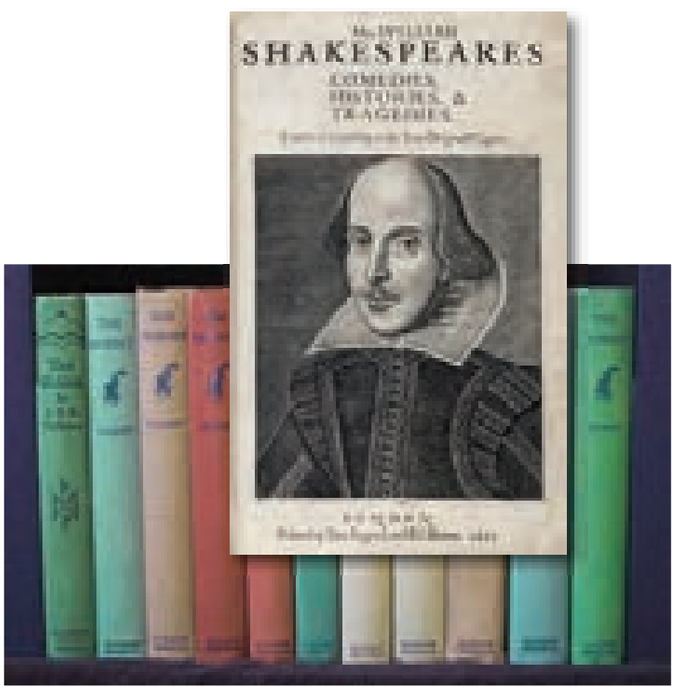
...Bücher und kein Ende.

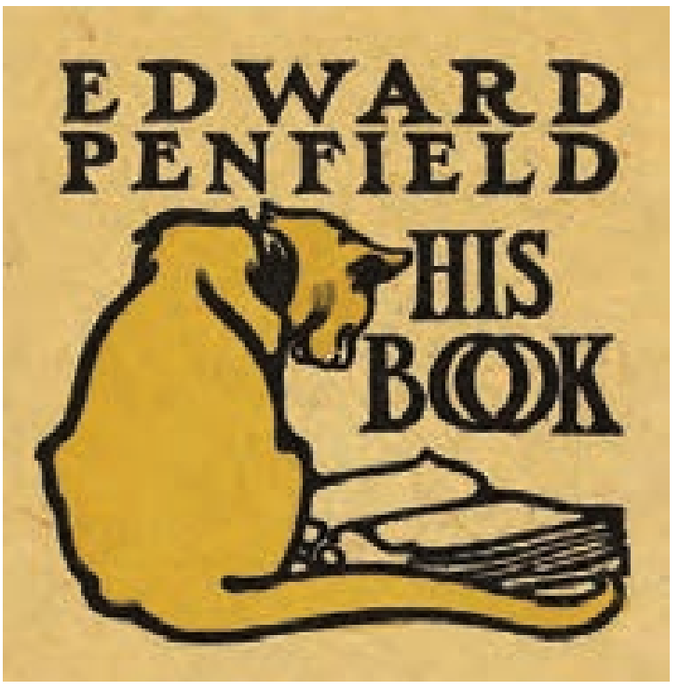
35. Dortmunder Bücherstreit
zum Bücherfrühling 2015
Über gute Bücher lässt sich trefflich streiten.
Von der Leipziger Buchmesse direkt auf den Kritikertisch.

Es haben für Sie gelesen:
Rutger Booß
Marianne Brentzel
Horst-Dieter Koch
Ulrich Moeske

Veranstaltung 151-62200
Marianne Brentzel
Stadt- und Landesbibliothek
Königswall 18
Donnerstag, 19.03.15, 20.00-22.00 Uhr 3 UStd., 3,00 Euro, Abendkasse

Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Kulturbüro, der Stadt- und Landesbibliothek, dem Verein für Literatur und der Mayerschen Buchhandlung.





Lesungen und literarische Veranstaltungen

Lesung am Montag

Das Kulturbüro der Stadt Dortmund veranstaltet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule und der Stadt- und Landesbibliothek eine Reihe von Autorenlesungen, die jeweils am 1. Montag des Monats um 19:30 Uhr im Studio B der Stadt- und Landesbibliothek, Max-von-der-Grün-Platz 1-3, stattfinden.

Veranstaltung 151-62404
Stadt– und Landesbibliothek
Königswall 18
Montag, 12.01.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 2,50 Euro
Abendkasse

Veranstaltung 151-62406
Stadt– und Landesbibliothek
Königswall 18
Montag, 02.02.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 2,50 Euro
Abendkasse

Veranstaltung 151-62408
Stadt– und Landesbibliothek
Königswall 18
Montag, 02.03.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 2,50 Euro
Abendkasse

Veranstaltung 151-62410
Stadt– und Landesbibliothek
Königswall 18
Montag, 04.05.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 2,50 Euro

Poetry jam – Das offene Lesepult

Lesen gegen rote Karten
mit Grobilyn Marlowe
Dieser Wettbewerb bietet jedem die Chance dabeizusein, mitzumachen, den „eigenen Senf" abzugeben, sich Luft oder Politik zu machen, freizuschwimmen, den Applaus zu ernten: 5 Minuten Zeit für Gedichte, Songs, Drama- mulette, Essays, spontane Worte, Schweigen, Witze, Fragmente und Geschichten.

Nach 5 Minuten entscheiden die ersten 5 roten Karten im Publikum, wie lange der Auftritt dauert.

Es lesen 5 Literaturfreunde, die sich vorher beworben haben, sowie 5, die gelost werden. Zwischendurch kommt immer mal wieder ein ganz spezieller Gast und natürlich: die Zamarottis, das psychedelische Puppentheater hinter Bettlaken.
Wortmeldungen an:
Grobilyn Marlowe, Tel.: **72 14 504**
Ulrike Rüthing-Vollmer, **Tel.: 50-24729**
Volkshochschule, Hansastr. 2-4
44137 Dortmund,

Der Besuch ist entgeltfrei.
Veranstaltungsort:
Subrosa, Gneisenaustr. 56
Beginn jeweils um 20.00 Uhr.
Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Kulturbüro und Subrosa.

Veranstaltung 151-62420
Karsten Grohmann
Montag, 19.01.15, 20.00-22.00 Uhr

Veranstaltung 151-62422
Karsten Grohmann
Montag, 16.02.15, 20.00-22.00 Uhr

Veranstaltung 151-62424
Karsten Grohmann
Montag, 16.03.15, 20.00-22.00 Uhr

Veranstaltung 151-62426
Karsten Grohmann
Montag, 18.05.15, 20.00-22.00 Uhr

Schreiben für das Web

Ob Freizeit oder Beruf: Das Internet umgibt uns. Durch das neue Medium haben sich auch neue Ausdrucksmittel ergeben, zum Beispiel Blogs, in denen die Sprache auf die Rahmenbedingungen reagieren muss. Wie viele Abschnitte sollte man zum Beispiel in einen Blog-Text aufnehmen? Wie viel Platz habe ich da eigentlich? Wie wird so ein Text im INternet eigentlich gelesen? Egal, ob berufliche oder private Texte, dieser Kurs konzentriert sich ganz auf die Eigenheiten von Internet-Texten. Wichtig: Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene; es gibt keine Einführung in die Technik, sondern es soll ganz gezielt an eigenen Texten für Blog und Co. gearbeitet werden.

Veranstaltung 151-62304D
Amelie Hauptstock
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 21.04.15
19.30-21.00 Uhr, 12 UStd.
48,00 Euro

Geschichte(n) schreiben

Worte haben die Fähigkeit, Vergangenes in die Gegenwart zu holen, Verstecktes zu entdecken, Unsichtbares sichtbar zu machen. In diesem Kurs gehen wir mit Stift und Zettel unseren eigenen Geschichten nach, die gerne auch etwas mit der Geschichte, unserer jetzigen Geschichte, unserer Zeit zu tun haben können. In offenem Austausch über Worte und Texte und mit gezielten Übungen findet so jeder Teilnehmer sein ganz eigenes Stück geschriebener Geschichte(n).

Veranstaltung 151-62306D
Amelie Hauptstock
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
6 x Freitag, ab 24.04.15
10.00-12.30 Uhr, 18 UStd.
72,00 Euro

Weltgeschichtentag 20.03.15

Zum Weltgeschichtentag feiern wir die Kunst, mit wenigen Worten in fremde Welten einzutauchen. Wir erlesen und erschreiben uns eine bunte Sammlung an Geschichten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, im Vordergrund steht der Spaß am Schreiben und auch am Vorlesen!

Bitte mitbringen: Lieblingsgeschichten, Papier, Stift & Neugierde.

Veranstaltung 151-62308D
Nicole Mundhenk
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 21.03.15, 9.30-12.45 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-12.45 Uhr
10 UStd., 40,00 Euro

Schreiben gegen Stress

Die Möglichkeiten, bewusst den Alltagsstress auszugleichen und gut für sich zu sorgen werden immer wichtiger. Das kreative Schreiben öffnet hier eine unerschöpfliche Schatztruhe. Schreibwege wie Morgenseiten, Glückstagebuch, Regentagebrief und Selbstpostkarten werden gemeinsam erprobt und lassen sich dann gut mit in den Alltag nehmen.

Vorerfahrungen im kreativen Schreiben sind nicht nötig.

Veranstaltung 151-62318D
Nicole Mundhenk
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Freitag, ab 15.05.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd.
40,00 Euro

Krimilesung

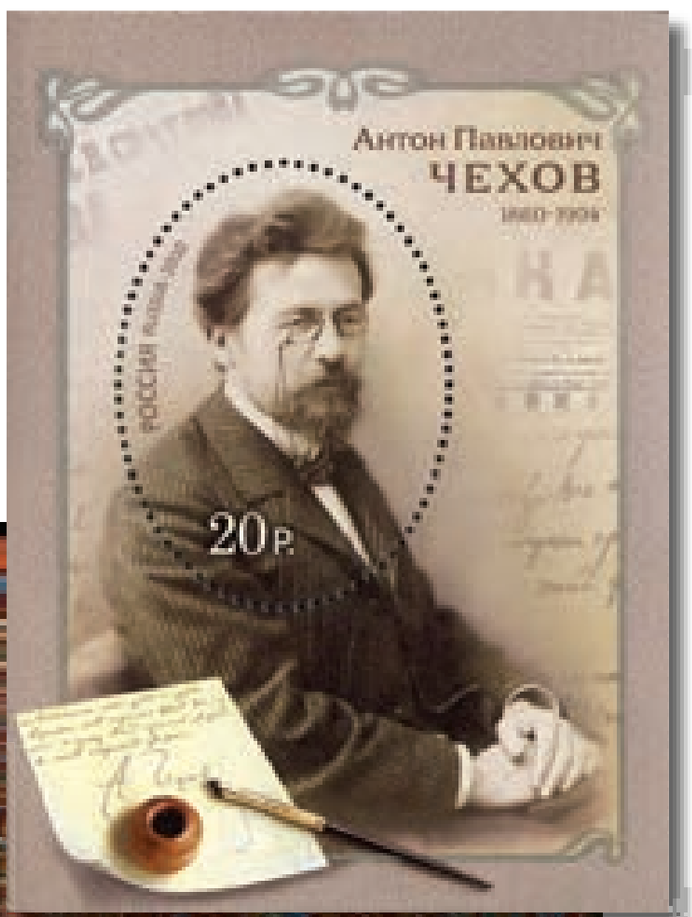
Lesung im Haus Rodenberg
Krimilesung

Im Schlossambiente von Haus Rodenberg haben Sie an diesem Nachmittag bei Kaffee und Kuchen die Gelegenheit, den 2. Krimi der Ideengruppe „Tatort Augustinum" mit dem Titel: „Macht der Musik" kennzulernen. Nach dem Erfolg des ersten Krimis der Ideengruppe „Tatort Augustinum", „Mord in der Bittermark", hat die Gruppe einen neuen Krimi mit dem Titel „ Macht der Musik" geschrieben. Nur noch wenige Wochen, dann soll das Frühjahrskonzert des hauseigenen Chores im Dortmunder Senioren-Wohnstift stattfinden. Doch der Pianist erscheint nicht zur Probe. Das ungute Gefühl, das seine Lebensgefährtin sofort beschleicht, bestätigt sich auf schreckliche Weise.

Für Kommissar Brocker bedeutet das, erneut im Wohnstift zu ermitteln, Auch die Bewohner machen sich ihre Gedanken. Allen voran Amanda Backhaus, die scharfsinnige alte Dame mit psychologischem Gespür. Gemeinsam decken sie eine unglaubliche Geschichte auf…

Veranstaltung 151-62400D
Christine Havemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Mittwoch, 24.04.2015
15.00 Uhr, 10,00 Euro

Veranstaltung 151-62400
Havemann (Wohnstift Augustinum)
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Mittwoch, 06.05.15
15.30-17.00 Uhr, 3 UStd.
15,00 Euro



Kinder und Fische haben keine Stimme – ist das so?
Eine Erkundung durch Märchen und Kinderbücher

– mit musikalischer Begleitung – für Kinder und Erwachsene
Kinder - und Jugendzeit, es gibt kaum eine Zeit im Leben des Menschen, in der man mit mehr Begeisterung und Inbrunst Geschichten hören möchte oder selbst liest. Ganze Tage kann man in den unterschiedlichsten Geschichten „leben" und Empfindungen nachfühlen. Begleiten Sie uns bei diesem dreitägigen Projekt durch die Welt der Märchen und Geschichten. Erfahren Sie Neues und Erstaunliches in den vielfältigen Texten aus unterschiedlichen Ländern. Sie werden staunen, wie viel Sie über Ihr Kind erfahren können, denn: Kinder sind schlau, Kinder sind mutig, Kinder sind verständig - sie sehen die Welt auf eine Weise, die uns Erwachsenen oftmals abhanden gekommen ist.

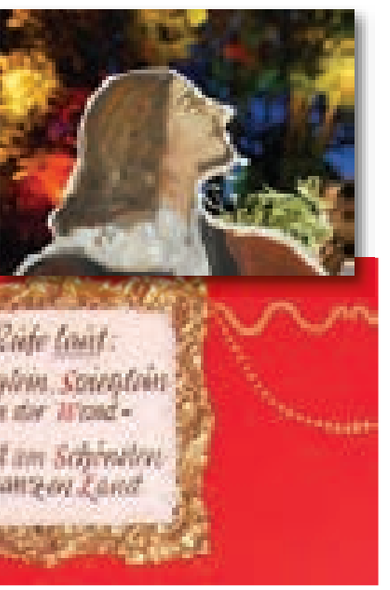
Konzeption & Leitung:
Katja Lämmerhirt
(Diplom-Pädagogin, Erzählerin)
Auswahl und Darbietung der Musik:
Frank Westerdorff
(Musiker/Musikpädagoge)

Märchenabend für Erwachsene – mit Musik
Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ..... ?
Märchen und Geschichten aus den verschiedensten Kulturen, die von dem erzählen, was Kinder Außerordentliches vollbringen können, das geht von Grimms Märchen, Märchen aus Italien, Märchen der Sinti und Roma bis zu jüdischen Geschichten. Sie alle zeigen uns, auf welche Weise sich Kinder in der Welt behaupten.

Veranstaltung 151-62180
Katja Lämmerhirt/Frank Westerdorff
VHS, Löwenhof, Hansastr. 2-4
Freitag, 20.03.2015
19.30 Uhr

Vorgelesen und erzählt für Eltern und Kinder, untermalt mit Musik & Kinderliedern
„Es war einmal..." der Beginn einer solchen Geschichte verspricht bereits etwas Geheimnisvolles und Unerwartetes, Bilderbücher berichten von Ereignissen, die manches Mal direkt aus dem Alltag zu sein scheinen oder sie erzählen von Wünschen und Träumen. Vorgestellt werden Kinderbücher, in denen davon berichtet wird, wie Kinder Probleme meistern und den Erwachsenen Vorbild sein können.
Die musikalische Begleitung hilft dabei, Gefühle und Ereignisse der Geschichte fühlbarer zu machen.

Veranstaltung 151-62182
Katja Lämmerhirt/Frank Westerdorff
VHS, Löwenhof, Hansastr. 2-4
Samstag, 21.03.2015
16:00 Uhr



Fremde Kulturen
„Es war oder es war nicht", so beginnen viele Märchen und Geschichten aus dem Orient - fremd und doch vertraut - ebenso wird es mit der Musik sein.
Märchen und Geschichten sind im Laufe der Zeiten herumgewandert, sie haben sich bei den unterschiedlichsten Völkern niedergelassen.
Dann haben sie sich verändert, haben neue und spannende Zutaten hinzugefügt. Und wenn wir sie jetzt hören, dann haben wir die Freude und die Überraschung, etwas Neues und doch Vertrautes zu hören. Sie haben immer in Variationen von Kindern erzählt, die mit Mut, Klugheit und Witz die Dinge zum Guten gewendet haben.
An diesem Vormittag sollen Märchen und Geschichten erzählt und vorgelesen werden, die solche Wandlungen durchgemacht haben, wie z. B. Aschenputtel, Rotkäppchen und Geschichten vom Essen & Trinken.

Bitte bringen Sie an diesem Vormittag eine landestypische Spezialität aus Ihrer Heimat für ein kleines Büffet mit.
Sie werden sehen: gleiche Zutaten ergeben so viele unterschiedliche Gerichte! Das zeigt, wie viel Phantasie und kulturelle Vielfalt es geben kann.
Kinder, die gerne eine der Geschichten in einem Bild mit nach Hause nehmen möchten, haben die Gelegenheit, ihre Gedanken mit Malstiften zu Papier zu bringen. Die Materialien werden zur Verfügung gestellt.

Veranstaltung 151-62184
Katja Lämmerhirt/Frank Westerdorff
VHS, Löwenhof, Hansastr. 2-4
Sonntag, 22.03.2015
11:00-14:00 Uhr, 3 UStd.

Musik

Programmbereichsleitung:
Rainer Bommert
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Freyth
(0231) 50-2 47 18
sfreyth@stadtdo.de

Ludwig van Beethoven: 9. Symphonie, d-Moll

Kompositionstechnisch weist Beethovens 9. Symphonie einige Parallelen zu seiner 5. Symphonie auf. Auch in der „Neunten" geht es darum, mit einem schweren Schicksal – dargestellt im ersten Satz – fertig zu werden. Aber diesmal geht Beethoven einen anderen Weg. Es wird kein triumphaler, mit Fanfaren gefeierter Sieg über das Schicksal wie in der „Fünften" präsentiert, sondern vielmehr wird die Freude (Lebensfreude?) dem Schicksal entgegen gesetzt. Dafür spricht auch schon die Vertauschung der beiden Innensätze.

Vortrag
Veranstaltung 151-64000
Gerhard Dedemeyer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15, 19.00-21.30 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Viel Freude am Klavier

Grundkurs

In diesem Kurs werden die Teilnehmer/-innen Schritt für Schritt in die Kunst des Klavierspiels eingeführt. Dabei wird das Lesen von Noten vermittelt. Vorkenntnisse sowie der Besitz eines Tasteninstruments vor Beginn des Kurses sind nicht erforderlich. Bitte Notenpapier und Bleistift mitbringen!

Veranstaltung 151-64100D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 19.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 68,80 Euro

Veranstaltung 151-64102D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 68,80 Euro

Veranstaltung 151-64130D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
77,40 Euro

Veranstaltung 151-64132D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
77,40 Euro

Viel Freude am Klavier

Aufbaukurs

Für diesen Fortgeschrittenenkurs werden die Teilnahme am Grundkurs Klavier oder grundlegende Notenkenntnisse sowie Erfahrung beim Lernen eines Musikinstruments vorausgesetzt.

Veranstaltung 151-64110D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 19.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 68,80 Euro

Veranstaltung 151-64112D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 68,80 Euro

Veranstaltung 151-64140D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 77,40 Euro

Veranstaltung 151-64142D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 77,40 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Songbegleitung am Klavier

Gitarristen begleiten sich und andere nach Akkordsymbolen, oft ohne Noten zu kennen. Pianisten tun sich meist schwer damit, wenn sie bisher ausschließlich nach Noten gespielt haben. Was verbirgt sich hinter den Akkordsymbolen? Wie erarbeite ich mir je nach Stilistik eine einfache Begleitung für Gesang oder für ein Melodieinstrument? Wie erreiche ich einen guten Groove?

Veranstaltung 151-64120D
Guido Schlösser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Gitarre direkt

Grundkurs

Gitarre direkt ist ein Kurs für wirkliche Anfänger und Anfängerinnen. Gespielt werden Pop-Oldies, aktuelle Songs, moderne Kinderlieder und Schlager. In langsamen Schritten erlernen Sie einige Grundtechniken und bereiten so die Finger auf die in der zweiten Hälfte des Kurses vermittelten Akkorde und Anschlagsarten vor. Wir spielen ohne Noten und in Kleingruppen. Ihre Musikwünsche sind willkommen. Bitte bringen Sie eine Gitarre mit!

Veranstaltung 151-64200D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.45-19.15 Uhr, 20 UStd., 66,60 Euro

Veranstaltung 151-64202D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 23.01.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 74,00 Euro

Veranstaltung 151-64204D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
9.00-10.30 Uhr, 20 UStd., 74,00 Euro

Veranstaltung 151-64206D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 17.04.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 74,00 Euro

Gitarre direkt

Aufbaukurs

Der Kurs wendet sich an alle, die eine Einführung an der Gitarre mitgemacht haben oder früher erworbene Fähigkeiten auffrischen möchten. Anhand bekannter Popsongs und Schlager werden Standard- und Powerakkorde, Akkordvarianten, leichte Gitarrensoli und Anschlagspattern in Kleingruppen und teilnehmerorientiertem Tempo eingeübt. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie eine Gitarre mit!

Veranstaltung 151-64210D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd., 66,60 Euro

Veranstaltung 151-64212D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 23.01.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd., 74,00 Euro

Veranstaltung 151-64214D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd., 74,00 Euro

Veranstaltung 151-64216D
Peter Aurisch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 17.04.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd., 74,00 Euro

Afrikanisches Trommeln

Die Kurse im Afrikanischen Trommeln bieten ein differenziertes Angebot von reinen Grundkursen bis zum abschließenden Fortgeschrittenenkurs. Das sorgt dafür, dass die Teilnehmer/-innen möglichst auf demselben Niveau spielen. Es werden verschiedene Trommeln und Rhythmen aus unterschiedlichen Regionen Afrikas vorgestellt. Im Mittelpunkt steht das Spiel auf der Trommel, mit der Hand oder mit Stöcken. Aber auch Percussions-Instrumente wie Glocken, Claves und Kalebassen gehören dazu. Wer keine eigene Trommel mitbringt, kann gegen eine Nutzungsgebühr von 1,30 Euro pro Termin eine Trommel ausleihen.

Grundkurse

Veranstaltung 151-64300D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Montag, ab 02.02.15
18.30-20.00 Uhr, 14 UStd.
60,20 Euro

Veranstaltung 151-64302D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
77,40 Euro

Aufbaukurse

Veranstaltung 151-64310D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Montag, ab 02.02.15
20.00-21.30 Uhr, 14 UStd.
60,20 Euro

Veranstaltung 151-64312D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
77,40 Euro

Mittelstufe 1

Veranstaltung 151-64320D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.30-20.00 Uhr, 16 UStd.
68,80 Euro

Veranstaltung 151-64322D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.30-20.00 Uhr, 22 UStd.
94,60 Euro

Mittelstufe 2

Veranstaltung 151-64330D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
20.00-21.30 Uhr, 16 UStd.
68,80 Euro

Veranstaltung 151-64332D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.00-21.30 Uhr, 22 UStd.
94,60 Euro

Fortgeschrittenenkurs

Veranstaltung 151-64340D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 03.02.15
18.30-20.00 Uhr, 16 UStd.
68,80 Euro

Veranstaltung 151-64342D
Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
86,00 Euro

Das Spiel mit der Djembé

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Spiel auf der Djembé. Sie ist eine einfellige Bechertrommel aus Westafrika, deren Korpus aus einem ausgehöhlten Baumstamm besteht. Djembén werden nur mit den bloßen Händen angeschlagen und zeichnen sich durch ein umfangreiches Klangspektrum aus, dessen tiefe Bässe die Djembé der speziellen, kelchförmigen Gestalt ihres Korpus verdankt. Verknüpft wird die reine Schlagtechnik mit den vielfältigen afrikanischen Rhythmen und Gesängen. Wer keine eigene Trommel mitbringt, kann gegen eine Nutzungsgebühr von 1,50 Euro pro Termin eine Trommel ausleihen.

Grundkurs

Veranstaltung 151-64400D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd.
86,00 Euro

Veranstaltung 151-64402D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
77,40 Euro

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-64404D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd.
86,00 Euro

Veranstaltung 151-64406D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
77,40 Euro

CHORVERBAND DORTMUND

Chorverband Dortmund e.V.

Im Chorverband Dortmund e.V. sind über 100 Kinder-, Jugend- und Erwachsenenchöre vereint.

Der Chorverband ist Ansprechpartner für Mitgliedschöre, aber auch für neue Chöre.

Sie erreichen uns telefonisch: 02 31/55 30 54
Internet: www.chorverband-dortmund.de

Vorsitzender: **Lars Kersting**
Geschäftsstelle: **Christiane Hasenbein**

Geschäftszeiten: **Dienstag: 8.30 - 12.30 Uhr**
Donnerstag: 8.30 - 16.30 Uhr

Die Welt der Cajon

Wir laden Sie ein, in die Klangvielfalt der Cajon einzusteigen. Diese Kistentrommel ist ein aus Peru stammendes perkussives Musikinstrument, das vorwiegend mit den Händen gespielt wird. Mit der Groove-Box spielen wir verschiedene Rhythmen von Rock bis Latin. Die Grundlagen und Spieltechniken werden unter fachkundiger Anleitung erarbeitet. Anfänger/-innen können mit Inspiration und Spaß in die faszinierende Welt dieses Instrumentes eintauchen. Bitte bringen Sie Ihre eigene Cajon mit (soweit vorhanden). Die Instrumentenausleihgebühr beträgt 20,00 Euro.

Anfängerkurs

Veranstaltung 151-64501D
Michaele Mohr
Brackel
Kulturhaus Neuasseln, Buddenacker 9
5 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.00-21.15 Uhr, 15 UStd., 64,50 Euro

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-64511D
Michaele Mohr
Brackel
Kulturhaus Neuasseln, Buddenacker 9
5 x Donnerstag, ab 12.03.15
19.00-21.15 Uhr, 15 UStd., 64,50 Euro

Cajon selbst bauen und spielen

Lernen Sie die Welt des Cajon´s kennen, indem Sie es selber bauen und spielen lernen.
Auf den ersten Blick ist das Cajon eine Holzkiste, auf der man sitzen kann, sich aber im Handumdrehen in ein kleines Drumset verwandelt. Mit ganz einfachen Mitteln können auf dem Cajon kräftige Rhythmen erzeugt werden, die der Musik den nötigen Groove geben. Der Einstieg in die „Cajonwelt" ist für Anfänger wesentlich einfacher und kostengünstiger, als ein Schlagzeug zu erlernen.
In diesem Workshop bauen Sie am Samstag unter fachkundiger Anleitung Ihr eigenes Cajon. Es entstehen Materialkosten von 49,00 Euro. Am Sonntag werden Sie mehr über den Ursprung des Cajon erfahren und erlernen auf dem eigenen Cajon Grundbegriffe der Schlagfläche und der Schlagtechnik kennen.
Die Kosten für den Bausatz sind im Kursentgelt enthalten.
Keine Ermäßigung möglich.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64520D
Peter Meier
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 2, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 85,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64522D
Peter Meier
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
Samstag, 14.03.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 85,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64524D
Peter Meier
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
Samstag, 25.04.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 85,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64526D
Peter Meier
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
Samstag, 13.06.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 85,00 Euro

Workshop „Cool-Drummings"

Schlagzeug Grundkurs

Dieses Wochenendseminar steht ganz im Zeichen des Schlagzeug-Spielens und wendet sich an alle, die das Drumming von Grund auf lernen wollen. Instrumentenkunde, einführende Übungen, sowie erste leichte Grooves bilden den Mittelpunkt des Workshops. Der Erwerb von grundlegenden Rhythmikkenntnissen, Zählweisen und Rhythmusbewusstsein sind Ziel dieser zwei Tage. Natürlich steht bei aller Theorie das Schlagzeug im Vordergrund. Instrumente stehen zur Verfügung; Stöcke, wenn vorhanden, bitte mitbringen! Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64600D
Michael Horn
Aplerbeck
Ostkirchstrasse 177
Samstag, 14.03.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64602D
Michael Horn
Aplerbeck
Ostkirchstrasse 177
Samstag, 13.06.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Entdecken Sie Ihre Stimme

Die Stimme ist das Instrument, das jeder Mensch von Natur aus besitzt. In diesem Workshop lernen Sie Ihre Stimme kennen. Was ist der Unterschied zwischen Sprechen und Singen? Welches Stimmfach habe ich? Wie kann man einen effektiven Klang erzeugen? Was ist eine Atemstütze? Was sind Resonanzräume? Ganz gleich ob Sie Oper, Musical oder Schlager singen möchten, in diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihre Stimme zum Klingen bringen können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64701D
Zoya Kienitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64703D
Zoya Kienitz
Gesangstudio Just Your Voisce,
Schliepstraße 4
Samstag, 28.03.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 29.03.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64705D
Zoya Kienitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Genießen Sie ihre Stimme!

Die Inhalte des Kurses richten sich an Teilnehmer/-innen, die ihre Stimme kontinuierlich weiterentwickeln möchten. Der Spaß am Singen und das Lernen durch andere Kursteilnehmer/-innen stehen natürlich im Vordergrund. Neben der Vermittlung von theoretischem Hintergrundwissen für eine solide Basis, ist die Praxisarbeit mit gemeinschaftlichen und individuellen Übungen Hauptbestandteil des Kurses. Der Gesangskurs richtet sich an Musikbegeisterte jeden Alters. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber auch nicht hinderlich.

Veranstaltung 151-64710D
Zoya Kienitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 10.02.15
18.45-20.15 Uhr, 16 UStd.
68,80 Euro

Veranstaltung 151-64712D
Zoya Kienitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 28.04.15
18.45-20.15 Uhr, 16 UStd.
68,80 Euro

Pop-, Rock- & Jazz-Gesang für Anfänger/-innen

Dieser Kurs gibt einen praktischen Überblick über die vielfältigen stimmtechnischen Möglichkeiten im Pop-Rock- und Jazzgesang. Dies beinhaltet Atmung und Klangproduktion ebenso wie verschiedene Sounds und Klangfarben. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre sängerischen Fähigkeiten kennenlernen und erweitern wollen und ihren Gesang auf ein neues Level bringen wollen. Alle Sänger/innen erhalten individuelles Feedback und Tipps zum Üben. Vorkenntnisse sind von Vorteil, jedoch nicht erforderlich.
Susanna Keye ist Sängerin, Gesangspädagogin (u.a. TU Dortmund), Chorleiterin und „Complete Vocal Technique-Coach".

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64801D
Susanna Keye
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 10.00-13.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 10.00-13.00 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64803D
Susanna Keye
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 10.00-13.00 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 10.00-13.00 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Tanz

Weiterbildungsmanagement:
Dr. Roderich Grimm
(0231) 50-2 47 32
rgrimm@stadtdo.de

Fachgruppenleitung:
Ingrid Schumann
(0231) 50-2 53 68
ischumann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt (re.)
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

Orientierungswoche

Lernen Sie Ihre neue Lieblingstanzart kennen!
Kommen Sie zu unserer Orientierungswoche!

Abenteuer Tanz: Modern Dance

Veranstaltung 151-65000D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Jazz Tanz

Veranstaltung 151-65001D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 20.00-21.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Open Shines – Salsa on the Beat

Veranstaltung 151-65002D
Michael Nabiga
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Indischer Tanz – Bollywood Tanz

Veranstaltung 151-65003D
Garththiga Easwaralingam
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 20.00-21.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Historischer Tanz: Von den Tudors bis Jane Austen

Veranstaltung 151-65004D
Petra Wlotzka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Orientalischer Tanz – Anfängerinnen

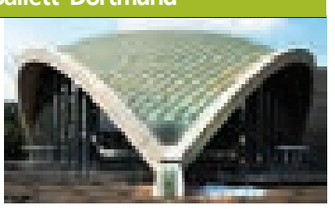
Veranstaltung 151-65005D
Anja Achtermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

In Zusammenarbeit mit dem Ballett Dortmund

Ballettwunder Dortmund

Exklusive Einblicke in die Welt des Balletts Dortmund

Tanz, die Kunst der Bewegung fasziniert Sie? Schon immer wollten Sie erfahren, wie es hinter den Kulissen eines Theaters zugeht und den Tänzerinnen und Tänzern ins ungeschminkte Gesicht sehen?
Einen exklusiven Einblick in die Produktionen des Ballett Dortmunds gewährt Ihnen dieser Kurs „**Ballettwunder Dortmund**".
Auf einer Backstage Tour durch das Theater erhalten Sie Einblicke wie eine neue Produktion entsteht.
Sie besuchen das tägliche Training und werden in die Grundlagen des klassischen Bühnentanzes eingeführt.
Bei einem Probenbesuch für den neuen Ballettabend „**Drei Streifen: Tanz**" werden Sie mit den Hintergründen der neuen Produktionen, davon zwei Uraufführungen, vertraut gemacht.



Sie erfahren alles über das neue Stück der berühmten Zwillingsbrüder Bubenicek: „**The Piano**", das von dem gleichnamigen, oscarprämierten Film inspiriert ist.
Der Chefdramaturg Christian Baier und Ballettmanager Tobias Ehinger nehmen Sie mit in die Welt des Balletts; erleben Sie Tanz in seiner Vielfalt!

Veranstaltung 151-65051
Dr. Christian Baier/Tobias Ehinger
Theater Dortmund, Kuhstrasse 12
Bühneneingang
Samstag, 17.01.15, 10.00-12.00 Uhr
Samstag, 31.01.15, 10.00-12.00 Uhr
Dienstag, 10.02.15, 18.00-20.00 Uhr
8 UStd., 24,00 Euro

Ballett-Training nach Waganowa

Das tägliche klassische Balletttraining ist bis heute unabdingbare Voraussetzung für alle Tänzer und Tänzerinnen gleich welcher Fachrichtung: klassisch, modern oder Musicaltanz. In diesen Kursen werden die grundlegenden Schritte und Begriffe für das klassische Ballett nach der russischen Waganowa-Methode im Rahmen des Trainings an der Stange und im Raum erlernt. In den Aufbaukursen geht es zusätzlich um das Erlernen von kleineren Choreographien, die sich nach dem jeweiligen Schwierigkeitsgrad richten.
Bitte Trainingskleidung und Ballett- oder Gymnastikschuhe mitbringen.

Bitte beachten Sie: um an den Kursen teilnehmen zu können, sollten Sie keine körperlichen Probleme haben und eine gewisse Fitness mitbringen. Es empfiehlt sich von einer Teilnahme abzusehen, wenn Sie schon älter und untrainiert sind.

Mittelstufe
Veranstaltung 151-65101D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 12.01.15
17.00-18.30 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Grundstufe 1
Veranstaltung 151-65103D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 12.01.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Grundstufe 1
Veranstaltung 151-65105D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Dienstag, ab 13.01.15
17.00-18.30 Uhr, 22 UStd.
90,20 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Grundstufe 2
Veranstaltung 151-65107D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 x Freitag, ab 09.01.15
17.00-18.30 Uhr, 24 UStd.
98,40 Euro

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse Basiskurs
Veranstaltung 151-65109D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 23.01.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Offenes Training mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65111D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Samstag, ab 10.01.15
10.45-12.15 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Mittelstufe
Veranstaltung 151-65113D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 13.04.15
17.00-18.30 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Grundstufe I
Veranstaltung 151-65115D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 13.04.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Grundstufe I
Veranstaltung 151-65117D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Dienstag, ab 14.04.15
17.00-18.30 Uhr, 22 UStd.
90,20 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Grundstufe 2
Veranstaltung 151-65119D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 17.04.15
17.00-18.30 Uhr, 24 UStd.
82,00 Euro

Offenes Training mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65121D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Samstag, ab 18.04.15
10.45-12.15 Uhr, 14 UStd.
57,40 Euro

Offenes Training
mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65123D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 22.02.15, 12.30-14.00 Uhr
2 UStd., 9,00 Euro

Offenes Training
mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65125D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 15.03.15, 12.30-14.00 Uhr
2 UStd., 9,00 Euro

Offenes Training
mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65127D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15, 12.30-14.00 Uhr
2 UStd., 9,00 Euro

Offenes Training
mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65129D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 31.05.15, 12.30-14.00 Uhr
2 UStd., 9,00 Euro

Offenes Training
mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65131D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15, 12.30-14.00 Uhr
2 UStd., 9,00 Euro

Sommer-VHS
Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Grundstufe I
Veranstaltung 151-65135D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Dienstag, ab 30.06.15
18.00-19.30 Uhr, 14 UStd.
57,40 Euro

Sommer-VHS
Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Grundstufe I
Veranstaltung 151-65137D
Gamal Gomaa (Jimaa le Grand)
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Donnerstag, ab 02.07.15
19.45-21.15 Uhr, 12 UStd.
49,20 Euro

Ballett-Training für Erwachsene

Ballett, der Inbegriff der Leichtigkeit und Schwerelosigkeit: im weißen Ballettröckchen und auf Zehenspitzen über die Bühne schweben... Um diese Perfektion zu erreichen ist das tägliche klassische Training notwendig, das vom Tänzer den vollen körperlichen Einsatz fordert.
In diesen Kursen werden Sie die grundlegenden Schritte und Begriffe für das klassische Ballett-Training kennen lernen und, je nach Vorkenntnissen und körperlichen Möglichkeiten, in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden ausführen. Bitte bequeme Kleidung und Ballett- oder Gymnastikschuhe mitbringen.
Bitte beachten Sie: um an den Kursen teilnehmen zu können, sollten Sie keine körperlichen Probleme haben und eine gewisse Fitness mitbringen. Es empfiehlt sich von einer Teilnahme abzusehen, wenn Sie schon älter und untrainiert sind.

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65151D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 12.01.15
20.00-21.30 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65153D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Mittwoch, ab 14.01.15
16.30-18.00 Uhr, 22 UStd.
90,20 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65155D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Mittwoch, ab 14.01.15
20.00-21.30 Uhr, 22 UStd.
90,20 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-65157D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Donnerstag, ab 15.01.15
16.30-18.00 Uhr, 22 UStd.
90,20 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65161D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Montag, ab 13.04.15
20.00-21.30 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65163D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
16.30-18.00 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65165D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.00-21.30 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-65167D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
16.30-18.00 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-65169D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Dienstag, ab 21.07.15
19.45-21.15 Uhr, 6 UStd.
25,50 Euro

Sommer-VHS
Aufbaukurs
Veranstaltung 151-65171D
Malgorzata Cholewa
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Donnerstag, ab 23.07.15
18.00-19.30 Uhr, 6 UStd.
25,50 Euro

Abenteuer Tanz: Modern Dance

Jeder kann tanzen!
Spaß und Freude an Tanz und Musik stehen in diesem Kurs im Vordergrund. Spielerisch lernen Sie Ihren Körper geschmeidig und kraftvoll einzusetzen und kundschaften die Bewegungsmöglichkeiten Ihres Körpers aus. In einem Aufwärmprogramm lernen Sie in abwechslungsreichen Übungen und Variationen die Technik des Modernen und Zeitgenössischen Tanzes.
Danach erarbeiten Sie gemeinsam kleine Choreographien zu ganz verschiedenen Musikstücken. Dabei stärkt das intensive Körpertraining die Körpermitte, ist gut für den Rücken und trägt zur Verbesserung der natürlichen Haltung bei.
In diesem Kurs ist jeder willkommen, der Freude hat an der Bewegung unabhängig von tänzerischen Vorkenntnissen. Getanzt wird am besten barfuß oder in Socken, evtl. sollten Knieschoner mitgebracht werden.

Veranstaltung 151-65201D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Veranstaltung 151-65203D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Jazz Tanz

Jazz Tanz macht Spaß und trainiert den ganzen Körper. Er fördert die Entwicklung des Rhythmusgefühls, des Raumgefühls und die spielerische Entfaltung der Persönlichkeit.
In einem intensiven Warm-up lernen Sie in diesem Kurs die typische Dynamik des Jazz Tanzes. Dabei werden sämtliche Muskelpartien angesprochen, ein ideales Ganzkörpertraining. Zu aktueller Musik, auch von Theater- und Filmmusicals, studieren Sie verschiedene Choreographien ein.
Wenn Sie Freude am Jazz Tanz oder tänzerischer Bewegung überhaupt haben,ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie.
Bitte lockere Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

Veranstaltung 151-65205D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Veranstaltung 151-65207D
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.00-21.30 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Step-Tanz – Workshop

Einst in Hollywood-Filmen perfekt dargeboten – man denke an Fred Astaire und Ginger Rogers – erlebt der Step-Tanz heute eine neue Blüte. Die begeisternden Vorstellungen von „Riverdance" oder „Lord of the Dance", die aus der irischen Folklore weiterentwickelt wurden, oder die hinreißenden Rhythmen von „Stomp", finden weltweit ein begeistertes Publikum.
Alle, die nicht nur zuschauen sondern selbst den Rhythmus spüren wollen, werden die eigenen Füße als faszinierendes Instrument entdecken.
Neben den Grundtechniken lernen Sie auch die tänzerischen Elemente des Steptanzes, erarbeiten Rhythmus und Bewegung und setzen das in eine flüssige Tanzchoreographie um.
Bitte Schuhe mit Ledersohle oder, wenn vorhanden, Stepschuhe mitbringen.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-65211D
Dorothee Schickentanz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 14.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 14.00-16.00 Uhr
5 UStd., 21,50 Euro

Riverdance für alle: Irish Dance für Anfänger

Wer kennt nicht die mitreißende Musik und das Stepptanz-Feuerwerk aus Shows wie „Riverdance“ oder „Lord of the Dance“? Ob elegantes und kraftvolles Softshoe-Dancing oder „rhythmischer Krach“ in Hardshoes, in diesem Kurs werden wir uns sowohl laut als auch leise die Füße verknoten, (fast) bis an die Decke springen und mit viel Spaß die irische Musik aufs Tanzparkett bringen. Auch Ausflüge in irische Figuren- und Partytänze kommen nicht zu kurz.
Bitte an bequeme Kleidung/Sportkleidung denken! An Schuhwerk genügen für den Anfang Ballett- oder Gymnastikschläppchen, Jazzschuhe oder im Zweifelsfall Socken bzw. Anti-Rutsch-Socken. Wer hat, ist mit Dance Sneakers gut bedient.

Veranstaltung 151-65215
Isabell Glagla
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 10.30-13.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 10.30-13.30 Uhr
6 UStd., 27,00 Euro

Open Shines – Salsa on the Beat

Open Shines, das ist der Ausdruck von Lust und Lebensfreude. Dieser Tanz vermittelt karibisches Gefühl durch den Einsatz der Hüften und die rhythmische Musik. Mit den tänzerischen Schritten erarbeiten Sie sich das Rhythmusgefühl. Sie lernen verschiedene Schrittvariationen, Drehtechnik und Fußarbeit und auch schon ein paar kompliziertere Figuren.
Bei viel tänzerischem Spaß kommt auch die Fitness nicht zu kurz.
Kein Paartanz, getanzt wird einzeln. Bitte Sportbekleidung und Sportschuhe mitbringen.

Veranstaltung 151-65217D
Michael Nabiga
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Veranstaltung 151-65219D
Michael Nabiga
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

.

Indischer Tanz – Bollywood Tanz

Der indischen Tanz heute ist nicht nur auf den klassischen Stil beschränkt, sondern vor allem der Film- und Folkloretanz – der „Bollywood-Tanz“ – stehen hoch im Kurs.
Sie lernen in diesem Kurs Choreographien zu verschiedenen Musikstilen. Es geht um Körperbeherrschung, Rhythmusgefühl und Kondition auf der einen Seite, Mimik, Ausdruck und das Kennenlernen einer neuen Kultur auf der anderen Seite. Der indischer Tanz verbindet die körperliche mit der geistigen Ebene. Und das Tanzen macht schlicht und einfach Spaß.
Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Gymnastikkleidung und ev. Gymnastikschuhe mitbringen.

Veranstaltung 151-65221D
Garththiga Easwaralingam
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Veranstaltung 151-65223D
Garththiga Easwaralingam
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Historischer Tanz

Von den Tudors bis Jane Austen

Höfische Tänze im Wandel der Zeit
Die Englischen Country-Dance, hielten in England bereits unter Königin Elisabeth I. (1558-1603) ihren Einzug bei Hofe. Der französische Tanzmeister Louis Lorin besuchte Ende des 17. Jahrhunderts den englischen Hof und brachte viele dieser Tänze mit nach Frankreich, wo sie als sogenannte Contre-Danses am Hofe Ludwig XIV getanzt wurden.
Ab dem 18. Jahrhundert waren sie an allen Höfen Europas eingeführt und auch in der bürgerlichen Gesellschaft weit verbreitet. Im deutsprachigen Raum wurden sie als Kontratänze bezeichnet. Sie blieben bis zum Ende des 19. Jahrhunderts äußerst beliebt und gehörten auf jeden Ball.
In diesem Kurs unternehmen wir eine historische Tanzreise vom 16. bis ins 19. Jahrhundert und erlernen bekannte und beliebte Country-Dances bzw. Contre-Danses dieser Zeit.
Dieser Kurs ist für Anfänger bzw. Anfängerinnen geeignet. Ein Tanzpartner ist nicht erforderlich. Bitte Gymnastik- oder Jazz-Tanz-Schuhe mitbringen!

Veranstaltung 151-65251D
Petra Wlotzka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
73,80 Euro

Veranstaltung 151-65253D
Petra Wlotzka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Unterwegs mit berühmten Tanzmeistern

Unterwegs mit berühmten Tanzmeistern
Im 16. Jahrhundert an den Höfen Norditaliens beginnt unsere Tanzreise. Wir begegnen den Tanzmeistern Caroso und Negri, die mit umfangreichen Tanzschriften die Tanzkunst der Renaissance lebendig erhalten haben.
Die nächste Station ist Frankreich, hier hat sich in der Mitte des 17. Jahrhunderts ein neuer Tanzstil entwickelt. Merkmale sind die ausgewendeten Füße und erhobene Arme.
Beauchamp und Feuillet, Tanzmeister am Hofe des Sonnenkönigs entwickelten eine Notation, die eine genaue Rekonstruktion der Tänze ermöglicht.
Die Grundlagen für das klassische Ballett stammen aus dieser Zeit.
Schwungvoll geht es in die Ballsäle des 19.Jahrhunderts mit den rechtschaffenen Tanzmeistern Helmke und Roller, und egal in welcher Epoche wir uns bewegen, das Vergnügen ist immer dabei.
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Ein Tanzpartner ist nicht erforderlich.
Bitte Gymnastik- oder Jazz-Tanz-Schuhe mitbringen!

Veranstaltung 151-65255D
Johanna Weber
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 20.01.15
20.15-21.45 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Veranstaltung 151-65257D
Johanna Weber
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 14.04.15
20.15-21.45 Uhr, 20 UStd.
82,00 Euro

Tango Argentino – Workshop I

Seit 2009 gehört der Tango vom Rio de la Plata zum immateriellen UNESCO-Kulturerbe und ist weltweit verbreitet.
Erfahren Sie beim Tango Argentino die Sinnlichkeit des Tanzes,die erotische Spannung zwischen Mann und Frau und die zahlreichen Möglichkeiten der Bewegung, die Sie in immer neuen Kombinationen und Variationen improvisieren können.
Der Workshop führt in die Magie des gemeinsamen „Gehens“ im Tango ein und Sie lernen die ersten Schrittvariationen.
Keine Vorkenntnisse erforderlich, bitte bequeme Kleidung und Schuhe mit glatter Sohle mitbringen und paarweise anmelden. **Für jeden Partner eine Anmeldekarte.**

Anfänger/innen
Veranstaltung 151-65301
Ralf Ebert/Birgit Venzke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 13.00-16.15 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 11.00-14.15 Uhr
8 UStd.
36,00 Euro

Tango Argentino – Workshop II

Nach den ersten Erfahrungen des gemeinsamen „Gehens“ im Tango und ersten Schrittvariationen lernen Sie diesmal verschiedene Figuren und Schrittfolgen, die Sie individuell gestalten können.
Geringe Vorkenntnisse erforderlich, bitte bequeme Kleidung und Schuhe mit glatter Sohle mitbringen und paarweise anmelden. **Für jeden Partner eine Anmeldekarte.**

Anfänger/innen
mit geringen Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65303
Ralf Ebert/Birgit Venzke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 13.00-14.15 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 13.00-14.15 Uhr
8 UStd.
36,00 Euro

Crashkurs für Tanz-Singles

Lust auf Tanzen aber keinen Tanz-Partner? Bei uns kein Problem!
Nette Menschen treffen, gemeinsam das Tanzbein schwingen, lustige Stunden verbringen und dabei noch tanzen lernen!
Zu unseren Tanz-Single-Kursen kommen Frauen und Männer alleine und tanzen dann zusammen. Keine(r) bleibt übrig! Da wir nach jedem Tanz den Partner wechseln, lernt man alle Leute der Gruppe schnell kennen.
Wir bringen Ihnen alle wichtigen gebräuchlichen Tänze näher: Foxtrott, Discofox, Walzer. Freuen Sie sich darauf.
Der Kurs beginnt von ganz vorne und ist für Anfänger geeignet und diejenigen, die auffrischen möchten, aber viel oder alles vergessen haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: gute Laune und etwas zu trinken.

Veranstaltung 151-65305
Horst Bartsch/Susanne Bartsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 01.03.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-65307
Horst Bartsch/Susanne Bartsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 31.05.15, 13.30-16.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Salsa – Workshop

Von der Karibik in die Welt: der temperamentvolle Tanz Salsa hat in den letzten Jahren seinen Siegeszug in die Welt angetreten. Der Workshop bietet den Einstieg in die heißen Rhythmen des Tanzes, in dem sich die Kultur und Lebensart der Karibik und Südamerikas ausdrückt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte paarweise anmelden (für jeden Partner eine Anmeldekarte).

Veranstaltung 151-65309
Michael Nabiga
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 13.00-15.15 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 13.00-15.15 Uhr
6 UStd., 24,60 Euro

Latin Moods – Rumba, Samba, Cha Cha Cha

Sie sind nicht zufrieden nur mit Grundkenntnissen im Disco Fox, Sie lieben die lebendigen lateinamerikanischen Rhythmen?
Für alle diese Paare bieten wir einen Workshop mit den Latin-Tänzen: Cha Cha Cha, Rumba und Samba an.
Die fesselnden Musik und deren prickelnde Lebendigkeit vermittelt uns das Gefühl für die typischen Bewegungen. So können Sie sich ohne Leistungsdruck der spielerischen Beschäftigung mit Partner und Musik zuwenden.
Wickelfiguren und Drehungen erfordern etws Geschick, sind aber schnell zu erlernen und gut tanzbar.
Geringe Vorkenntnisse sind nützlich, aber nicht Vorraussetzung.
Bitte paarweise anmelden (für jeden Partner eine Anmeldekarte), bequeme Schuhe und Getränke mitbringen.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-65311
Olaf Stiegelbauer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 13.00-15.15 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 13.00-15.15 Uhr
6 UStd., 24,60 Euro

Disco Charles – die erotische Variante des Disco Fox.

In diesem Workshop lernen Sie die Variante des Disco Fox, die sich vom Ruhrgebiet aus durch mittlerweile ganz Deutschland ausgebreitet hat und täglich mehr Anhänger findet. Leicht zu lernen, knackig und sexy. Ein bisschen Disco, ein bisschen Dirty Dancing.
Wir zeigen Ihnen die wichtigsten Basics und die ersten schönen Figuren, mit denen Sie auf der nächsten Party Ihre sicheren Erfolge verbuchen können.
Vorkenntnisse und eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-65313
Horst Bartsch/Susanne Bartsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 15.03.15, 13.30-16.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Let's swing – Lindy Hop und Balboa

Wir sind in den 20er-40er Jahren,es ist die Zeit des Swing und Jazz und bei allen Veranstaltungen in Sälen und Hotels wird Tanzen groß geschrieben. Musik von Benny Goodman, Tommy Dorsey und Glenn Miller mit ihren Big Bands und Orchestern lässt die Stimmung steigen, und Tänze wie Lindy Hop und Balboa erleben ihre Blüte.
Der Lindy Hop mit seinen swingenden Bewegungen wird oft als gezähmter Rock'n Roll bezeichnet, der Balboa, als sein Pendant,mit ähnlichen Figuren wie der Foxtrott, ist aber für eigene rhythmische Ideen offen.
In diesem Workshop lernen Sie grundlegende Schritte und Figuren und erleben ein ein schönes Wochenende ohne Leistungsdruck und mit guter Laune, denn Paare, die einmal anfangen, hören selten vor Morgengrauen auf zu wippen, swingen und shaken....
Nicht zu glatte Schuhe und Getränke mitbringen, und bitte mit Partner/in kommen (für jeden Partner eine Anmeldekarte).

Veranstaltung 151-65315
Olaf Stiegelbauer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 13.00-15.15 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 13.00-15.15 Uhr
6 UStd., 24,60 Euro

Tanzkurs für alle Fälle

Ob Hochzeit, Jubiläum oder Geburtstag, es gibt so viele Anlässe mit Familie und Freunden zu feiern.
Alt und jung kommt auf der Tanzfläche zusammen – und man möchte gerne mitmachen.
Genau da fragt man sich: „**Warum habe ich eigentlich nie tanzen gelernt**"?
In diesem Workshop haben Sie nun die Gelegenheit sich gemeinsam mit dem Partner ohne Leistungsdruck auf das Abenteuer Tanz und Rhythmus einzulassen. Zusammen erarbeiten und wiederholen wir Tänze aus jeder Musikrichtung wie Walzer, Disco Fox, Salsa und Boogie. So steht Ihnen bald ein kleines, gut überschaubares Tanz-Repertoire zu jeder Gelegenheit und Musik zur Verfügung. Paare ohne und mit geringen Vorkenntnissen werden genauso angesprochen wie Paare, die gerne einmal in Ruhe und mit Zeit füreinander das Gelernte wiederholen möchten. Bitte bequeme und saubere Schuhe mitbringen.
Bitte paarweise anmelden (für jeden Partner eine Anmeldekarte).

Wochenendworkshop
Veranstaltung 151-65317
Olaf Stiegelbauer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 13.00-15.15 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 13.00-15.15 Uhr
6 UStd., 24,60 Euro

Slowfox und Quickstep für Anfänger und Wiedereinsteiger

Beschwingt und leicht über die Tanzfläche zu schweben, das Idealbild des klassischen Gesellschaftstanzes, ist gar nicht so schwer zu lernen.
Die Standardtänze Slowfox und Quickstep stehen für diese Leichtigkeit und schöne Linie und gehören zu den Klängen swingender amerikanischer Bigbands zu den beliebtesten Tänzen.
Am Wochenende lernen Sie die Grundschritte und einige Figuren.
Für alle, die in diese beiden Tänze schon mal reingeschnuppert haben, gibt es eine Wiederholung der alten Kenntnisse und dazu neue Ideen und Figuren.
Der Workshop richtet sich an alle ohne Vorkenntnisse genauso sowie an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Bitte paarweise anmelden (für jeden Partner eine Anmeldekarte), bequeme, nicht zu stumpfe Schuhe und Getränke mitbringen.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-65319
Olaf Stiegelbauer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 13.00-15.15 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 13.00-15.15 Uhr
6 UStd., 24,60 Euro

West Coast Swing

West Coast Swing (WCS) ist der Nationalstolz von Kalifornien. Wie es der Name schon sagt, findet dieser Tanz seinen Ursprung in der Swingfamilie und gilt in den USA als einer der trendigsten Paartänze nicht zuletzt deshalb, weil er in einem neuen Tanzfilm (Love ´n dancing) Popularität gewonnen hat. Zu praktisch jeder 4 / 4-Musik, insbesondere Blues, R´n´B, Funk, Clubsounds und Swing wird er getanzt. Seine Liniendynamik (Slot), seine fließenden Bewegungen und atemberaubenden Drehfiguren machen WCS zu einem äußerst eleganten Tanzstil.
Hier lernen Sie das Wichtigste: die Basis und die ersten tollen Figuren. West Coast Swing ist so ziemlich die geschmeidigste Art, zu zweit zu tanzen.
Vorkenntnisse und eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-65321
Susanne Bartsch/Horst Bartsch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15, 10.30-13.30 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Let's dance – Tanzkurs für Anfänger

Sie wollten schon immer mal Tanzen lernen oder alte Kenntnisse auffrischen? Dann können Sie hier in ungezwungener, lockerer Atmosphäre die Grundschritte der Standard- und Lateintänze lernen: Langsamer Walzer, Tango, Rumba, Cha-Cha, Jive, Quick-Step und Disco-Fox – auf Wunsch auch Samba und Slow Fox.
Gleichzeitig vermitteln wir Einblicke in die historische Entwicklung der Tänze und die richtige Haltung.
Bitte paarweise anmelden (für jeden Partner eine Anmeldekarte).

Veranstaltung 151-65333
Dorothee Redemann/Andreas Jürgen Dorfmeister
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 06.02.15
18.45-20.15 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-65335
Dorothee Redemann/Andreas Jürgen Dorfmeister
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 08.05.15
18.45-20.15 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Let's dance – der Tanz geht weiter

Wenn Sie die Grundschritte der Standard- und Lateintänze kennen, geht es in diesem Kurs weiter.
Sie erlernen neue Schrittfolgen von Rumba, Cha-Cha, Jive, Langsamem Walzer, Tango, Quickstep Disco-Fox. Hinzu kommt noch ein neuer Tanz: z.B. Samba, Paso doble, Salsa o.ä.
Bitte paarweise anmelden (für jeden Partner eine Anmeldekarte.)

Veranstaltung 151-65337
Dorothee Redemann/Andreas Jürgen Dorfmeister
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 06.02.15
17.15-18.45 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-65339
Dorothee Redemann/Andreas Jürgen Dorfmeister
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 08.05.15
17.15-18.45 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Let´s Dance – der Tanzclub

Sie sind im Tanzrausch und haben schon mindestens 1 Jahr getanzt? Dann sind Sie bei uns richtig! Neben neuen Figuren in den Tänzen: Wiener und langsamer Walzer, Tango, Quick-Step, Samba, Cha Cha, Rumba, Jive und Disco-Fox gibt es auch viele Techniktipps um Ihr Können zu erweitern.

Aufbaukurs
Grundkenntnisse erforderlich
Veranstaltung 151-65341
Dorothee Redemann/Andreas Jürgen Dorfmeister
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 06.02.15
20.15-21.45 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Aufbaukurs
Grundkenntnisse erforderrlich
Veranstaltung 151-65343
Dorothee Redemann/Andreas Jürgen Dorfmeister
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Freitag, ab 17.04.15
20.15-21.45 Uhr, 20 UStd.
90,00 Euro

Flamenco

Der Flamenco – Spaniens wohl berühmteste Musik- und Tanzform – ist von der UNESCO im November 2010 zum Weltkulturerbe erklärt worden. Aus der Vermischung zweier unterschiedlicher Kulturen, hier die spanischen Zigeuner – da die arabischen Mauren, entstand die einzigartige Kunst des Flamencotanzes und Flamencogesanges. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse über Körperhaltung und Armführung im Flamencotanz und über die typische Fußarbeit, den Zapateado. In den weiterführenden Kursen wird die Arm- und Fußarbeit intensiviert und verschiedene Choreographien erarbeitet. Bitte unbedingt Schuhe mit Blockabsatz tragen – Damen lange, weite Röcke mitbringen.

Einführungsworkshop
Veranstaltung 151-65401D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
Samstag, 10.01.15, 14.00-15.30 Uhr
Sonntag, 11.01.15, 14.00-15.30 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Anfänger/innen
Veranstaltung 151-65403D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
9 x Montag, ab 12.01.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65405D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
11 x Donnerstag, ab 08.01.15
18.30-20.00 Uhr, 22 UStd.
132,00 Euro

Mittelstufe
Veranstaltung 151-65407D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
11 x Donnerstag, ab 08.01.15
20.00-21.30 Uhr, 22 UStd.
132,00 Euro

Einführungsworkshop
Veranstaltung 151-65409D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
Samstag, 18.04.15, 14.00-15.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 14.00-15.30 Uhr
4 UStd., 20,00 Euro

Anfänger/innen
Veranstaltung 151-65411D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
9 x Montag, ab 20.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65413D
Martina Nöckel
Atelier 8, Güntherstr. 65
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Mittelstufe
Veranstaltung 151-65415D
Martina Nöckel
Atelier 8 – Güntherstr.65
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Orientalischer Tanz

Der Orientalische Tanz, längst in der ganzen Welt heimisch, entwickelte sich unter dem Einfluss von Ballett- und Jazztanz weiter.
Die getanzten Bewegungen sind einerseits kraftvoll und geerdet, andererseits weich und fließend, und spiegeln so unterschiedliche Temperamente wieder.
Im Anfängerkurs starten Sie mit den Grundelementen und -bewegungen des orientalischen Tanzes.
Sie lernen die gängigsten Rhythmen dieser typischen Musik in Verbindung mit den Bewegung kennen.
In den weiterführenden Kursen festigen und erweitern Sie die erlernten Tanzkenntnisse und verbessern darüber hinaus Ihre Tanz und Ausdrucksfähigkeit und finden Wege zur Improvisation.
Für alle Kurse bitte mitbringen: Gymnastikkleidung und -schuhe und ein Tuch für die Hüften.

Anfängerinnen
Veranstaltung 151-65421D
Anja Achtermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd., 73,80 Euro

Anfängerinnen mit Vorkenntnissen
Veranstaltung 151-65423D
Anja Achtermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.15-19.45 Uhr, 20 UStd., 85,00 Euro

Anfängerinnen mit Vorkenntnissen II
Veranstaltung 151-65425D
Andrea Moudia Kornhof
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 03.02.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd., 68,00 Euro

Mittelstufe
Veranstaltung 151-65427D
Andrea Moudia Kornhof
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 03.02.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd., 68,00 Euro

Anfängerinnen mit Vorkenntnissen II
Veranstaltung 151-65429D
Andrea Moudia Kornhof
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 21.04.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd., 68,00 Euro

Mittelstufe
Veranstaltung 151-65431D
Andrea Moudia Kornhof
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 21.04.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd., 68,00 Euro

Afrikanischer Tanz- und Trommel-Abend

Ein offenes Angebot für alle, die Spaß und Interesse an afrikanischen Rhythmen haben, neue Leute kennen lernen und gemeinsam trommeln oder zur Trommel tanzen möchten.
Die beiden Dozenten **Hampar Sarafian** (Tanz) und **Alpha R. Kruse** (Trommel) werden je nach Vorerfahrungen der Teilnehmer/innen in wechselnden Sets Tanz und Rhythmus zusammenführen.
Wer trommeln möchte, sollte seine Trommel mitbringen (und / oder Percussion-Toys), wer tanzen möchte, bequeme (Tanz)-Kleidung, ansonsten gute Laune und ein offenes Ohr.

Veranstaltung 151-65501
Hampar Sarafian/Ralph Alpha Kruse
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 19.00-22.00 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

AfrikanischeTanzArt mit Live Trommelmusik

Wer gehen kann, kann auch tanzen. (Afrikanisches Sprichwort)
Dieser Workshop wendet sich an alle, die Freude an Bewegung haben, andersartige Tänze und Rhythmen kennen lernen möchten, Ihren Körper beleben und angenehm entspannen wollen.
Die rhythmische Körperarbeit wird verbunden mit dem spielerischen Einstudieren elementarer Bewegungen des afrikanischen Tanzes.
Beim Tanzen von kleinen Bewegungsabläufen zu afrikanischer Trommel-Musik spüren wir unsern Körper und freuen uns am gemeinsamen Tanzerlebnis.
Die ständige Wiederholung bestimmter Bewegungen löst innere Schwingungen aus und lässt die Energien freier fließen.
Der Puls der Trommel, die packenden Rhythmen und Klänge fordern geradezu Bewegung, Energie und Freude heraus ... eine heitere, energetische Atmosphäre entsteht und der eigene Tanz beginnt.
Mit sanften Yoga- und Entspannungsübungen klingt der Workshop aus.
Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, T-Shirt zum Wechseln und Getränke.

Veranstaltung 151-65503
Hampar Sarafian
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle
Eingang Ostwall
Samstag, 30.05.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd., 30,00 Euro

Kulturwirtschaft, Malen, Zeichnen

Künstlerische Leitung:
Tanja Moszyk
(0231) 50-2 58 52
tmoszyk@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Martina Leveque
(0231) 50-2 48 92
mleveque@stadtdo.de

Blick in die Kreativwirtschaft

Diese Reihe bietet Ihnen die Möglichkeit unterschiedliche Standpunkte der Kreativwirtschaft kennenzulernen.

Künstler und Kreative, die in langjähriger Arbeit einen individuellen Standpunkt in ihrem jeweiligen Medium erarbeitet haben.

Wir besuchen Bildhauer, Maler, Fotografen, ebenso interdisziplinär arbeitende KollegInnen.
Sie erfahren Interessantes über Methodiken, persönliche Themenkomplexe, sowie Techniken und werden dadurch in die Lage versetzt ihren eigenen Ansatz zu hinterfragen und zu erweitern.

Einblicke in das Atelier von Peter Dahmen

Grafikdesigner, Papierkünstler, Spezialist für Pop-Up-Karten.
Jahrgang 1967, studierte Kommunikationsdesign an der Fachhochschule Dortmund.
Seit dem Studium entwirft der heute freiberuflich tätige Designer leidenschaftlich dreidimensionale Klappobjekte aus Papier und Karton, so genannte „Pop-Ups".
Seit einigen Jahren zählt er zu den bekanntesten Pop-Up-Entwicklern weltweit.
www.peterdahmen.de

Veranstaltung 151-70006
Tanja Moszyk/Peter Dahmen
Hörde
Treffpunkt: Niederhofener Straße 4
44263 Dortmund
Mittwoch, 15.04.15, 18.00-21.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Einblicke in das Atelier von Udo Unkel

Seit 2000 als Künstler tätig, hauptberuflich seit 2011. Ausbildung zum Steinbildhauer von 1986-1989.
Studium zum Diplomobjektdesigner von 1992-1999 an der FH Dortmund mit Schwerpunkt Bildhauerei bei Prof. Theo Uhlmann und Diethelm Koch.
Mitglied im berufsverband bildender Künstler westfalen e.V.
Unkel stellt den Menschen ins Zentrum seines Schaffens und fordert durch seine Werke den Betrachter zu einer intensiven Auseinandersetzung mit sich selbst. Der Mensch als Bildinhalt wird gleichsam zum gesellschaftlichen und psychologischen Werkzeug und wirkt somit auf den (sich selbst) betrachtenden Menschen dialogisch ein.
www.udounkel.de

Veranstaltung 151-70008
Tanja Moszyk/Udo Unkel
Dorstfeld
Treffpunkt: Dellwiger Str.3
44379 Dortmund
Mittwoch, 20.05.15, 18.00-21.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Fachfragen rund um die Gründung und Selbstständigkeit in Kreativberufen

Selbstständig in der Kreativwirtschaft: KSK, Versicherungen, Steuern

Als KünstlerInnen und Selbstständige in der Kreativwirtschaft sind Sie auch Unternehmer.
Sie müssen sich beim Finanzamt anmelden. Entscheiden, ob Sie Rechnungen mit oder ohne Mehrwertsteuer schreiben. Wissen, ob Sie freiberuflich oder gewerblich tätig sind. Wie können und müssen Sie sich Krankenversichern? Wofür ist die Berufsgenossenschaft zuständig?

Der Workshop wendet sich an Selbstständige in der Kreativbranche und informiert ausführlich, verständlich und praxisnah.
Die Einzelveranstaltung wird in Kooperation mit der Wirtschaftsförderung Dortmund durchgeführt.

Veranstaltung 151-70100
Alexa Jünkering
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 10.02.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Honorare kalkulieren und verhandeln für Kreative

Und wie finden Sie Ihren Preis? Welches Honorar setzen Sie an? Ihr Bauchgefühl ist nicht verlässlich, die Kollegen nicht auskunftswillig, der Kunde hält sich bedeckt. Der einzige Weg, der Sie zu einem realistischen Angebotspreis führt, ist die Kalkulation: Die Ermittlung der Kosten, die mit einem Auftrag verbunden sind.
Das Wissen um die Faktoren, die Ihre Preise und Ihre Honorare beeinflussen und das differenzierte Angebot an Ihren Kunden sind noch keine Garanten für einen Auftrag, aber sie stärken die eigene Verhandlungsposition. Themen, die im Workshop behandelt werden:
Kosten kalkulieren - Die Ermittlung eines realistischen Angebotspreises
Erfolgreich verhandeln - Tipps für die Praxis
Die Einzelveranstaltung wird in Kooperation mit der Wirtschaftsförderung Dortmund durchgeführt.

Veranstaltung 151-70110
Alexa Jünkering
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 10.03.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Marketing für Künstler, Designer und Publizisten

Sich und seine Kunst als Produkt zu betrachten, das vermarktet werden muss, ist ein schwieriges Thema. Viel zu häufig wird imitiert, was Andere scheinbar erfolgreich praktizieren. Der Workshop will Kreative darin unterstützen, erste Ansätze für ein Selbstmarketing zu entwickeln, das individuell passt und wirkt. Themen, die im Workshop behandelt werden:
Mein Profil - Kompetenzen, Geschäftsfelder, Dienstleistungen, Preise
Meine Argumente - Stärken, die Kunden überzeugen
Mein Zielmarkt - Interessen und Bedürfnisse potenzieller Kunden
Meine Werbung - konkrete Maßnahmen, die bekannt machen und Türen öffnen
Die Einzelveranstaltung wird in Kooperation mit der Wirtschaftsförderung Dortmund durchgeführt.

Veranstaltung 151-70120
Alexa Jünkering
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 12.05.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Das Entgelt für alle Kurse und Seminare enthält einen Sachkostenbeitrag von 0,20 Euro je Unterrichtsstunde für die Nutzung der technischen Infrastruktur, Unterrichtsmedien und -materialien.
Bei allen Kursen und Workshops entstehen Kosten für Lern- und Arbeitsmaterialien, die von den Teilnehmenden zu tragen sind.

Mappencoaching Kunst und Design

Hilfestellung, Anregungen und Tipps zur Erstellung einer Mappe zur Vorlage bei der Aufnahmeprüfung an einer Akademie, Fachhochschule oder Uni stehen im Mittelpunkt dieser Angebote.
Mit Hilfe intensiver Einzelkorrekturen und anhand von individuellen praktischen Aufgaben wird ein Einstieg in die inhaltliche Gestaltung der eigenen Mappe ermöglicht, die dann auch fachlich begleitet wird.

Thematisiert werden grundlegende Techniken zur Entwicklung und Präsentation von Ideen.

Die Teilnehmenden lernen ergänzend Techniken der zeichnerischen Darstellung kennen. Aufnahmekriterien der einzelnen Institutionen und Fachrichtungen werden ebenso behandelt wie bereits genommene Mappen vorgestellt.

Bitte mitbringen: Zeichenpapiere (mind. 180 g/qm) oder Zeichenkartons in mind. DIN A3, Bleistifte in verschiedenen Härtegraden, Radiergummi, Anspitzer und Krepp-Klebeband. Weitere Materialien werden im Seminar besprochen. Bitte eigene Arbeiten mitbringen. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71200D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Montag, ab 26.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Veranstaltung 151-71202D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Montag, ab 13.04.15
15.30-17.45 Uhr, 24 UStd., 76,80 Euro

Künstlerisches Gestalten

Im Programm zum **Künstlerischen Gestalten** werden Kurse, Seminare und Workshops rund um **Malerei, Zeichnen, Keramik, Töpfern, Werken, Kunsthandwerk, Drucken** und **Fotografie** in hervorragend ausgestatteten Fachräumen und Werkstätten angeboten.
Die Verbrauchs- und Materialkosten für das künstlerische Arbeiten werden von den Teilnehmenden getragen. Das Entgelt für alle Kurse und Seminare enthält einen Sachkostenbeitrag von 0,20 Euro je Unterrichtsstunde für die Nutzung der Fachraum- und Werkstattausstattung und der Unterrichtsmedien.
Bei allen Kursen, Workshops und offenen Werkstätten entstehen Kosten für Lern- und Arbeitsmaterialien, die von den Teilnehmenden zu tragen sind.

Orientierungswoche

Zeichnen von Anfang an

Veranstaltung 151-71300D
Gertje Danielzik
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 23.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Porträtzeichnen

Veranstaltung 151-71301D
Gertje Danielzik
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 23.01.15, 19.45-21.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Zeichnen

Offenes Zeichenatelier

Angeboten wird eine professionelle Begleitung der kreativen Tätigkeit. Inhaltlich sind die Treffen offen.

Es werden wechselnde Themen angeboten und Hilfestellungen bei konkreten Fragen Einzelner gegeben. Zum Beispiel können verschiedene künstlerische Techniken unter Anleitung ausprobiert werden.

Auf die Präsentation eigener Arbeiten wird individuell eingegangen.
Die Erstellung einer Bewerbungsmappe kann begleitet werden.
Auch wer nur unregelmäßig oder nur einmalig kommen möchte, ist willkommen.

Bitte gewünschte Zeichenmaterialien und eventuell eigene Arbeiten mitbringen. Es entstehen Materialkosten.

Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
pro Termin 4 UStd.
pro Termin 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-71000
Montag, 19.01.15, 18.00-21.00 Uhr

Veranstaltung 151-71002
Montag, 13.04.15, 18.00-21.00 Uhr

Veranstaltung 151-71004
Montag, 22.06.15, 18.00-21.00 Uhr,

Zeichnen – von Anfang an

Sie können nicht zeichnen, wollen es aber gerne lernen? Dann ist dieser Kurs genau richtig.
Übungen zeigen Ihnen, wie grundlegende Fähigkeiten des Sehens und Zeichnens erworben werden können.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A3 (mind. 180 g/qm), Bleistifte (Nr. 2H, HB, 2B, 3B, B), weicher Radiergummi, Anspitzer.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71302D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Veranstaltung 151-71304D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Freihandzeichnen

Zeichnen ist ein (künstlerisches) Handwerk, das erlernbar ist.
Durch gezielte Techniken und praktische Übungen werden die Grundlagen erworben, um eine Zeichnung spannungsreich ins Bild zu setzen.
Themen wie das Schraffieren, das Schummern oder die Perspektive werden ausführlich behandelt. Anfänger/-innen erlernen die Grundlagen und geübte Zeichner/-innen können ihre Kenntnisse vertiefen.
Dieser Kurs ist auch für Anwärter/innen auf ein Kunst- oder Designstudium geeignet.
Bitte mitbringen: Dickes Zeichenpapier oder Skizzenblock (DIN A3 oder größer), Bleistifte (F, B, HB, 3B), (Knet-) Radiergummi, Anspitzer.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71310D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Dienstag, ab 03.02.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Veranstaltung 151-71312D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Dienstag, ab 12.05.15
18.00-21.15 Uhr, 20 UStd.
68,00 Euro

Porträtzeichnen

Neben der Fähigkeit, Proportionen und Körperhaftigkeit von Kopf und Gesicht erfassen zu können, werden gleichzeitig Zeichentechniken geübt, die eine realistische Wiedergabe ermöglichen. Verschiedene Schattierungstechniken werden erläutert. Nach Anleitung wird mit Bleistift gearbeitet. Weitere Techniken können im Verlauf des Kurses hinzukommen. Anhand eines Modells werden diese Fähigkeiten überprüft und zunehmend vertieft. Der Kurs ist für Anfänger/-innen und für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet.
Bitte mitbringen: Bleistifte verschiedener Härtegrade, Radiergummi, Knetradiergummi, Zeichenblock DIN A3 oder DIN A2. Kosten für Modelle sind im Entgelt enthalten.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71600D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Montag, ab 26.01.15
15.30-17.45 Uhr, 32 UStd.
105,60 Euro

Veranstaltung 151-71602D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Montag, ab 20.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
105,60 Euro

Veranstaltung 151-71610D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Freitag, ab 06.02.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
105,60 Euro

Veranstaltung 151-71612D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 21.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
105,60 Euro

Aktzeichnen

Grundlagen der Anatomie, Proportion und Plastizität sind Schwerpunktthemen des Kurses. Vor dem Modell werden präzises Beobachten und die zeichnerische Umsetzung erprobt und zu einer differenzierten Formensprache entwickelt. Erfahrungen über Körper, Raum, Linie, Punkt, Fläche, Licht, Schatten, Statik und Bewegung bilden wesentliche Aspekte in diesem Kurs.
Spielerische Übungen und schnelle Skizzen unterstützen die Entwicklung eigener Ausdrucksformen. Der Einsatz verschiedener Zeichenmaterialien, Zeichen- und Schraffurtechniken ermöglichen eine Findung des individuellen künstlerischen Ausdrucks. Dabei wird fachkundige Hilfestellung und Korrektur geboten.
Bitte mitbringen: Bleistifte verschiedener Härtegrade oder 2B bis 7B, (Knet-) Radiergummi, Zeichenblock DIN A 2. Kosten für Modelle sind im Entgelt enthalten. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71700D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
105,60 Euro

Veranstaltung 151-71702D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
105,60 Euro

Veranstaltung 151-71704D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Donnerstag, ab 05.02.15
14.00-17.15 Uhr, 24 UStd.
79,20 Euro

Veranstaltung 151-71706D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Donnerstag, ab 16.04.15
14.00-17.15 Uhr, 24 UStd.
79,20 Euro

Räumliches Zeichnen

Dieser Kurs fördert die zeichnerische Auseinandersetzung mit Architektur und Raum und bietet Hilfe bei Problemen mit der perspektivischen Darstellung. An verschiedenen Orten (z.B. Alte Zeche Dorstfeld 2/3, Industriedenkmal ehemaliges Straßenbahndepot Immermannstraße) wird die Möglichkeit vermittelt, räumliches Sehen zu schulen und in Freihandzeichnungen umzusetzen. Dieser Kurs bietet auch Hilfe bei der Erstellung einer Bewerbungsmappe.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A3 (mind. 180 g/qm), passende stabile Zeichenunterlage (z.B. Mappe aus hartem Karton oder Hartfaserplatte), verschiedene Bleistifte zwischen 2H und 5B, Anspitzer und Radiergummi. Weitere Materialien werden im Kurs bekannt gegeben. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71400D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1

8 x Donnerstag, ab 23.04.15
15.30-17.45 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Zeichnen lernen einmal anders

Zeichenkurs für diejenigen, die meinen nicht zeichnen zu können ... oder einfach mal wieder anfangen wollen und neue Zugänge zur Zeichnung suchen. Es werden Grundübungen gezeigt, vielfältige Zugänge in die kreative Zeichnung aber auch einfache Perspektiven erarbeitet sowie einfache und ausdrucksvolle Portraitzeichnungen angefertigt.
Der Kurs wendet sich ausdrücklich an Anfänger bzw. Menschen, die meinen nicht zeichnen zu können! Wir arbeiten mit sehr einfachen Formen, entdecken persönliche Handschriften und Ausdruckskraft.
Im Mittelpunkt steht die wertschätzende, künstlerische Bildbesprechung, mit denen sich die Bilder erschließen lassen und mit der sich die Gruppe als unterstützendes Team entdeckt. In der ersten Stunde werden alle Materialien gestellt und das Material für die nächsten Stunden besprochen.
Falls vorhanden bitte mitbringen: verschiedene Bleistifte, Radiergummi, (wasservermalbare) Buntstifte, einfacher Malkasten und Borstenpinsel, Papier (mind 170g).
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71410D
Cornelia Regelsberger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 06.02.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Zeichnen für die Reise

In diesem Kurs werden Tipps vermittelt, wie man einfach und mit wenig Übung einiges aus seinem Umfeld „festhalten" kann. Ein Skizzenbuch wird erstellt. Es wird mit kreativen Zeichenübungen, einfachsten Perspektiven sowie schnellen Skizzen gearbeitet, die ganz aus der eigenen Handschrift kommen. Grundlagen der Collage – in Verbindung mit der Zeichnung – werden ebenfalls gezeigt.
Die künstlerische Bildbesprechung ist ein weiterer Schwerpunkt im Kurs und läßt uns als Team – der wertschätzende Wahrnehmung – arbeiten.
Falls vorhanden bitte mitbringen: verschiedene Bleistifte, Radiergummi, (wasservermalbare) Buntstifte, einfacher Malkasten und Borstenpinsel, Papier (mind 170g). Weitere Materialien werden besprochen.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-71412D
Cornelia Regelsberger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Freitag, ab 17.04.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd., 76,80 Euro

Malen

Grundkurs Malerei

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessent/-innen, die unterschiedliche Maltechniken von Grund auf erlernen wollen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Auswahl der Materialien und deren Organisation werden abgesprochen.
Die Teilnehmer/-innen werden bei ihrem Vorhaben, die Malerei zu entdecken, individuell unterstützt und gefördert.
Bitte mitbringen: Zeichenbleistift B1, zwei kleine Tuben Acrylmalfarbe (schwarz/weiß), Borstenpinsel (Größe 12/14), Malpapier DIN A3/A2, Mallappen, Schwamm.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72000D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 20.01.15
14.30-17.45 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

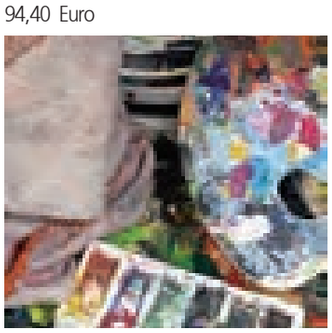
Veranstaltung 151-72001D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 14.04.15
14.30-17.45 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Aufbaukurs Malerei

Unterschiedliche Maltechniken wie die der Acrylmalerei und diverse Mischtechniken werden für Interessent/-innen mit Vorkenntnissen vertieft.
Es können umfassende Kenntnisse im Bereich der Bild- und Farbkomposition erworben werden.
Weitere Themen sind verschiedene Techniken der Pinselführung (Strukturen) und die plastische Ausgestaltung von Gegenständen (der korrekte Einsatz von Licht und Schatten und Grundlagen der Perspektive).
Bitte mitbringen: vorhandenes Zeichen- und Malmaterial.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72020D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 20.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Veranstaltung 151-72022D
Wolfgang Schmidt
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro



Malworkshop nach Bob Ross

Landschaftsmalerei in Öl
Mit der Nass-in-Nass-Maltechnik des US-Amerikaners Bob Ross kann jeder in kurzer Zeit realistische Landschaften auf der Leinwand erschaffen. Als Certified Ross Instructor (CRI) zeigt Ihnen Heiko Fiedler, wie Sie bereits innerhalb eines Tages dank schnell zu erlernenden, einfachen Pinselstrichen eine Landschaft malen. Die Bob-Ross-Technik eignet sich besonders für Einsteiger/-innen, da keine Vorkenntnisse erforderlich sind. Sie malen an einem Tag eine Landschaft mit hochwertigen Ölfarben auf eine Leinwand mit Holzkeilrahmen in einer Größe von 40x50cm. Der Dozent zeigt Ihnen Schritt für Schritt, wie das vorgegebene Motiv gemalt werden muss und die Pinsel und Farben richtig benutzt werden.
Alle notwendigen Malmaterialien wie Leinwand, Pinsel, Farben, Reinigungsmittel und die Nutzung der Staffelei werden gegen einen Kostenbeitrag von 48,00 Euro gestellt. Der Kostenbeitrag ist am Veranstaltungstag beim Dozenten zu entrichten.
Informationen zu Heiko Fiedler und den einzelnen Motiven finden Sie auf **http: / / www.heikofiedler.de**
Certifizierte Materialien:
Materialkosten 48,00 Euro

Motiv:
Meereslandschaft „Welle“
Veranstaltung 151-72030D
Heiko Fiedler
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 28.02.15, 9.00-17.00 Uhr
10 UStd., 46,00 Euro
Plus Materialkosten 48,00 Euro

Motiv:
Gebirgslandschaft
Veranstaltung 151-72032D
Heiko Fiedler
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Sonntag, 01.03.15, 9.00-17.00 Uhr
10 UStd., 46,00 Euro
Plus Materialkosten 48,00 Euro

Motiv:
Dünenlandschaft
Veranstaltung 151-72034D
Heiko Fiedler
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 16.05.15, 9.00-17.00 Uhr
10 UStd., 46,00 Euro
Plus Materialkosten 48,00 Euro

Motiv:
Seerosenteich
Veranstaltung 151-72036D
Heiko Fiedler
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Sonntag, 17.05.15, 9.00-17.00 Uhr
10 UStd., 46,00 Euro

Hand- und Fuß – anatomische Malerei

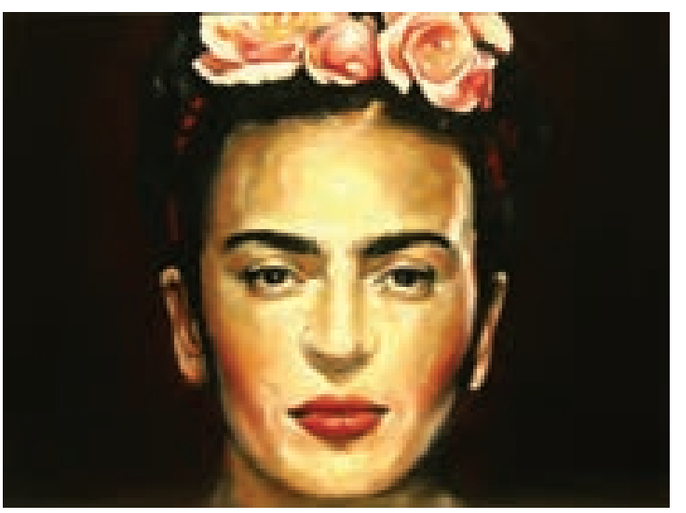
In diesem Kurs wird die genaue Darstellung von Händen und Füßen erlernt. Die fotorealistische Darstellung dieser Körperteile ist der schwierigste Part in der Malerei.
In diesem Genre der Kunstgeschichte dienen die alten Meister als Vorbild. Der bekannteste anatomische Wissenschaftler und Gelehrte unter Ihnen war Leonardo da Vinci. Die ersten drei Blockstunden dienen Zeichenstudien. Es wird nach Modellen und Motiven aus der Kunstgeschichte gearbeitet.
In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen der altmeisterliche Techniken. Ziel dieses Malkurses ist es, die Technik einer genauen Vorzeichnung bis zur fertigen exakten Darstellung dieser Körperteile in Öl zu erlernen.
Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.
Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A4- A3, Leinwand- Malblock DIN A4- A3, Bleistift (weich), Kohlestift (weich), Anspitzer, Knetradiergummi, Lineal, Geodreieck. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen. Die benötigten Ölfarben werden von der Dozentin gegen einen Kostenbeitrag gestellt. Es entstehen Modellkosten.

Veranstaltung 151-72040D
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
7 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-21.15 Uhr, 28 UStd.
89,60 Euro

Offene Malwerkstatt: Fotorealismus in Öl

Fotorealismus ist die möglichst exakte Umsetzung von Fotografie in Malerei. In diesem Kurs wird mit eigenen Motiven auf Leinwand gearbeitet.
Die Motivauswahl ist offen, Stillleben, Landschaften oder Portrait. Eigene Fotografien werden unter Anwendung des Rasterverfahrens auf die Leinwand übertragen. Die angewandten Lasurtechniken werden von der Kursleiterin vermittelt. Ziel dieses Malkurses ist es, die Technik einer genauen Vorzeichnung bis zum fertigen fotorealistischen Gemälde zu erlernen, mit erkennbarer individueller Handschrift.
Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.
Bitte mitbringen: grundierte Leinwand/ freies Format, eigene Motive, Kohlestift (weich), Anspitzer, Knetradiergummi großes Lineal, Geodreieck. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen. Die benötigten Ölfarben werden von der Dozentin gegen einen Kostenbeitrag gestellt.

Veranstaltung 151-72042D
Brackel
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Freitag, ab 23.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro



Porträtmalerei in Öl

Als Portrait- Malerei bezeichnet man ein Genre der Kunstgeschichte, dessen Gegenstand die Abbildung eines Menschen ist. Neben körperlicher Ähnlichkeit wird in einem Portrait auch die Persönlichkeit der dargestellten Person zum Ausdruck gebracht. Als Grundlage in diesem Kurs dienen die alten Meister und dessen Techniken.
Die Darstellung entsteht über mitgebrachte Motive der Kursteilnehmer.
Es kann sich hierbei um eine weibliche-, männliche Darstellung, ein Kind oder ein Tier handeln. Es wird mit frei gewählten Formaten an der Staffelei gemalt.
Ziel dieses Malkurses ist es, die Technik einer genauen Vorzeichnung bis zum fertigen Gemälde zu erlernen, mit erkennbarer individueller Handschrift.
Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.
Bitte mitbringen: grundierte Leinwand/ freies Format, Kohlestift (weich), , Anspitzer, Knetradiergummi, Lineal, Geodreieck. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.
Die benötigten Ölfarben werden von der Dozentin gegen einen Kostenbeitrag gestellt.

Veranstaltung 151-72044D
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Pop-Art
– Malerei in Acryl und Öl

Bis heute ist unser Stilempfinden von der Pop Art beeinflusst.
Das Massentaugliche, das Populäre wird zur Kunst. Andy Warhol, Roy Lichtenstein und Robert Rauschenberg prägten diese Kunstrichtung.
Banale Motive wie Cola- Flaschen, Autos, alltägliche Gegenstände, Klischees und Stars werden künstlerisch umgesetzt.
In diesem Kurs wird erlernt, die Motive auf Ihre wichtigsten grafischen Merkmale zu reduzieren.
Es wird mit leuchtenden und grellen Farben in Öl oder Acryl auf Leinwand, an der Staffelei, gearbeitet.
Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.
Bitte mitbringen: Leinwand/freies Format, eigene Motive (Fotos oder Zeitungsausschnitte), Kohlestift (weich), Anspitzer, Knetradiergummi, Lineal, Geodreieck. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72046D
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Freitag, ab 24.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd., 83,20 Euro

Kubistische Landschaftsmalerei

Moderne Malerei auf Leinwand
Es wird farbenfroh und ein wenig moderner in diesem Seminar.
Sie werden sich ein Landschaftsmotiv aus einer Vielzahl von Vorlagen heraussuchen und es zeichnerisch auf die Leinwand bringen. Danach werden Sie Schritt für Schritt versuchen, Ihr Motiv in kubistische Formen zersplittern und mit diesen Fragmenten eine neue Landschaft erschaffen.
Bitte mitbringen: Leinwand 50 x 70 cm, Acrylfarben in ocker, blau, terra di sienna gebrannt, Ölfarben-Sortiment, Flachpinsel.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72100D
Olivia Rost
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.45-21.00 Uhr, 24 UStd.
66,00 Euro

Ungleiche Paare

Malerei auf Leinwand

Eine Katze kuschelt mit einem Gorilla, ein Huhn läuft verzückt hinter einem Fuchs her, ein Löwe schmiegt sich an den Rücken einer Antilope... Dieses Seminar ist übertragbar auf alle freundschaftlichen oder partnerschaftlichen Verbindungen, von denen man annehmen würde, dass sie nicht funktionieren können. Und doch gibt es so viele Beispiele von ungewöhnlichen, ungleichen Paaren, die harmonisch zusammen sind. Wir werden einen Teil unserer vorgefertigten Ansichten über Bord werfen und uns malerisch den skurilsten Verbindungen widmen. Auch wird die eine oder andere Geschichte dabei vorgelesen, die auf einer wahren Begebenheit beruht.
Bitte mitbringen: Leinwand ca. 60 x 60, Acrylfarbe ocker, blau, terra di sienna gebrannt. Ölfarben Sortiment, Flachpinsel
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72102D
Olivia Rost
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
7 x Montag, ab 02.02.15
18.45-21.00 Uhr, 21 UStd.
57,75 Euro

Airbrush-Design
– Illustrationskurs

Airbrush ist ein faszinierendes künstlerisches Ausdrucksmittel, um Farbe ohne Berührung des Malgrundes aufzutragen.
Es lassen sich Effekte realisieren, die ohne Einsatz der Luftpinsel nicht machbar sind.
In diesem Workshop haben Anfänger/-innen und fortgeschrittene Teilnehmer/-innen die Möglichkeit, sich individuell nach ihrem Kenntnisstand fortzubilden.
Verschiedene Airbrushpistolen, Farben und andere Werkzeuge werden vorgestellt. Nach ersten Einstiegsübungen werden einige typische Beispielarbeiten Schritt für Schritt nachgearbeitet.
Darüber hinaus wird im Laufe des Kurses auch die Umsetzung eigener Bildideen unterstützt. **Bitte mitbringen:** Die Arbeitsmaterialien zum Airbrush werden am ersten Kurstag besprochen. Sprühpistolen können im Kurs gestellt werden. Es kann auch die eigene Sprühpistole mitgebracht werden.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72200D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Samstag, ab 31.01.15
13.45-17.00 Uhr, 20 UStd., 84,00 Euro

Veranstaltung 151-72202D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Mittwoch, ab 21.01.15
18.00-21.15 Uhr, 20 UStd., 84,00 Euro

Veranstaltung 151-72204D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Samstag, ab 14.03.15
13.45-17.00 Uhr, 20 UStd., 84,00 Euro

Veranstaltung 151-72206D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Mittwoch, ab 11.03.15
18.00-21.15 Uhr, 20 UStd., 84,00 Euro

Veranstaltung 151-72208D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Samstag, ab 16.05.15
13.45-17.00 Uhr, 20 UStd., 84,00 Euro

Veranstaltung 151-72214D
Rainer Kalwitz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Mittwoch, ab 13.05.15
18.00-21.15 Uhr, 20 UStd., 84,00 Euro

Acrylmalerei

Es werden Grund- und Aufbautechniken der Acrylmalerei vermittelt. Acrylfarbe bietet wie kein anderes Material vielfältige Gestaltungs- und Experimentiermöglichkeiten. Die Farbe zeichnet sich aus durch außergewöhnliche coloristische Eigenschaften. Dank der starken Konzentration reiner Pigmente und der Verwendung erstklassiger Bindemittel sind Acrylfarben besonders leuchtend, rein, intensiv und von großer Farbtiefe.
Bitte mitbringen, sofern nicht anders angegeben:
2 Wasserbecher, Papiertücher, 1 Bleistift 2B, Radiergummi, Malblock für Acrylfarbe. Pinsel und Farbe werden für den ersten Unterrichtstag gegen einen Kostenbeitrag von der Kursleiterin gestellt. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.
Es entstehen Materialkosten.

Bitte mitbringen:
vorhandene Acrylfarben, sowie dickeres Papier (kein Acrylmalpapier), kleine Keilrahmen, Wasserbecher

Veranstaltung 151-72300D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Str. 10
8 x Montag, ab 19.01.15
18.00-20.15 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Veranstaltung 151-72301D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Str. 10
8 x Montag, ab 13.04.15
18.00-20.15 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Veranstaltung 151-72302D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Str. 10
8 x Montag, ab 19.01.15
20.15-22.30 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Veranstaltung 151-72303D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Str. 10
8 x Montag, ab 13.04.15
20.15-22.30 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

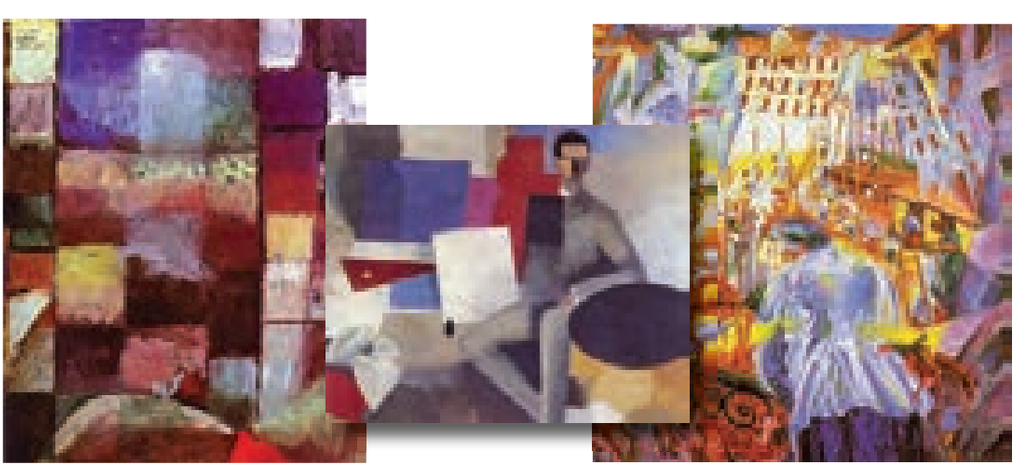
Veranstaltung 151-72304D
Gabriele Kaiser
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Freitag, ab 23.01.15
17.00-20.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Veranstaltung 151-72308D
Josi Dicken
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Mittwoch, ab 11.02.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Veranstaltung 151-72310D
Gabriele Kaiser
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Freitag, ab 20.03.15
17.00-20.15 Uhr, 20 UStd.
68,00 Euro

Veranstaltung 151-72318D
Josi Dicken
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Mittwoch, ab 22.04.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
76,80 Euro

Tagesseminar
Veranstaltung 151-72332D
Erika Grabe
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 23.03.15,
10.00-16.30 Uhr, 8 UStd.
38,40 Euro



Sommer-Akademie

Zeichnen und Malen in den Ferien

Bleistifte, Buntstifte und die Anfänge des Aquarells ...

Fortgeschrittene können ihr Wissen und ihre Maltechniken vertiefen und die Anfänger werden merken, dass es Tricks gibt, tolle Bilder zu gestalten. Im Mittelpunkt stehen: individuelle Unterstützung, das Zeichnen/Malen in der Natur sowie Kreativübungen, die helfen neue Wege in die Zeichnung und Malerei zu entdecken. Tipps zur Perspektive, Farbgebung, Portrait...und natürlich immer wieder die künstlerische Bildbesprechung, die hilft, die eigenen Fähigkeiten zu stärken. Je nach Wetter suchen wir uns Motive in der Natur. Hierfür ein Kissen/Klappstuhl und feste Malunterlage mitbringen.
Bringen Sie mit (soweit vorhanden!): Papier DINA 4 und DINA 3, mind. 170 g, Deckfarben/Aquarellfarben, Wassergläschen/kl. Wasserflasche, Borstenpinsel und ein Pinsel (mind. ca. Nr. 20) mit guter Spitze, Bleistifte verschiedene Härten sowie wasservermalbare Buntstifte. Alle Materialien werden am ersten Tag auch vorgestellt.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-71320D
Cornelia Regelsberger
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Montag / Dienstag / Mittwoch
ab 06.07.15, 10.00-17.00 Uhr
24 UStd., 76,80 Euro

Revierkunst

Zeichnen auf dem Gelände der Kokerei Hansa

Das Ruhrgebiet hat viele interessante Industriebrachen und industrielle Baudenkmäler zu bieten. Wir widmen uns in diesem Zeichenkurs einen Tag lang der abwechslungsreichen Kulisse der Kokerei Hansa mit ihrer Kompressorhalle, den Wassertürmen und Laufbändern wie auch der Industrienatur mit all ihren Facetten. Dieser Workshop richtet sich sowohl an Anfänger/-innen als auch an geübte Teilnehmer/-innen und bietet sich auch als Teilbereich für die Erstellung einer Mappe für Kunst und Design an.
Bitte mitbringen: festen Skizzenblock oder Skizzenbuch ab DIN A4, Bleistifte HB, B2, B6, Fineliner, Kugelschreiber, Pinsel, evtl. Buntstifte oder Wasserfarben zum Colourieren, Sitzgelegenheit. Eintritt in Kursgebühr enthalten.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS/Tagesseminar
Veranstaltung 151-71510D
Tanja Moszyk
Huckarde
Kokerei Hansa, Emscherallee 11
Samstag, 27.06.15, 11.00-16.30 Uhr
7 UStd., 38,40 Euro

Revierkunst: Hafen

Zeichnen im Dortmunder Hafen und mehr!

Das Ruhrgebiet hat viele interessante Industriebrachen und industrielle Baudenkmäler zu bieten. Wir widmen uns in diesem Zeichenkurs einen Tag lang den unterschiedlichen Ansichten im Dortmunder Hafen. Dieser Workshop richtet sich sowohl an Anfänger/-innen als auch an geübte Teilnehmer/-innen und bietet sich auch als Teilbereich für die Erstellung einer Mappe für Kunst und Design an.
Bitte mitbringen: festen Skizzenblock oder Skizzenbuch ab DIN A4, Bleistifte HB, B2, B6, Fineliner, Kugelschreiber, Pinsel, evtl. Buntstifte oder Wasserfarben zum Colourieren, Sitzgelegenheit.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Tagesseminar
Veranstaltung 151-71512D
Tanja Moszyk
Treffpunkt: Hafenamt.
Sonntag, 28.06.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Tierische Skizzen

Zeichenstudien im Dortmunder Zoo

Die zeichnerische Erfassung der tierischen Anatomie ist eine anspruchsvolle wie interessante Aufgabe in der Bildenden Kunst.
Wir werden nach einer kurzen theoretischen Einführung im Dortmunder Zoo direkt vor dem lebenden Objekt arbeiten. Dieser Workshop richtet sich sowohl an Anfänger/-innen als auch an geübte Teilnehmer/-innen und bietet sich auch als Teilbereich für die Erstellung einer Mappe für Kunst und Design an.
Bitte mitbringen: festen Skizzenblock oder Skizzenbuch ab DIN A4, Bleistifte HB, B2, B6, Fineliner, Kugelschreiber, Pinsel. Die Kosten für den Zooeintritt sind im Entgelt enthalten. Der Workshop wird in Kooperation mit dem Dortmunder Zoo durchgeführt.
Es entstehen Materialkosten.

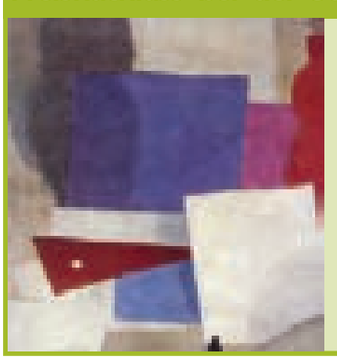
Sommer-VHS
Veranstaltung 151-71520D
Tanja Moszyk
Hombruch
Zoo Dortmund, Mergelteichstraße 80
Samstag, 04.07.15, 10.30-16.15 Uhr
7 UStd., 38,40 Euro

Acrylmalerei

In diesem Tagesworkshop werden verschiedene Techniken der Acrylmalerei für Anfänger/-innen und geübte Teilnehmer/-innen vermittelt. Bei der Gestaltung von abstrakten und/oder gegenständlichen Motiven werden Sie sich mit den Möglichkeiten der Acrylfarbe vertraut machen. Diese Farben sind von großer Farbtiefe und unproblematisch bei der Verwendung, da mit Wasser vermalbar. Trockene Farbflächen sind wasserfest und übermalbar.
Bitte mitbringen: Acrylfarben (ggf. eine größere Menge Weiß), Acrylmalpinsel aus Synthetikhaar Größen 2, 6, 12 und 20 (flach gefasste Haare) und Größen 0 und 2 (kleine, rund gefasste Haare), je nach Wahl: bespannte Keilrahmen (mind. 30 x 40cm oder größer), Acrylmalpapier oder Malplatten, Haushaltsschwamm, alter weißer Porzellanteller, Schürze, Blumenspritze (falls vorhanden), wenn gewünscht: kleine Gegenstände oder Strukturmittel zum Einarbeiten in die Farbe.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72334D
Erika Grabe
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 29.06.15, 10.00-16.30 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Preisnachlass bei der Sommer-Akademie



Aus **10** Ein-Tages-Veranstaltungen
5 Veranstaltungen buchen
und statt **192,00** Euro
(5x38,40 Euro)
nur **150,00** Euro bezahlen!

Davon betroffene Kurse:
151-71510 Zeichnen, Hansa
151-71512 Zeichnen, Hafen
151-71520 Tierische Skizzen
151-72334 Acrylmalerei
151-72339 Zeichnen
151-72340 Farbe und Technik
151-72342 Abbild – Abstraktion
151-72344 Porträt/Aquarell
151-72346 Florales/Aquarell
151-72348 Landschaft/Aquarell

Sommer-Akademie

Leinwandbau und Großformatiges Malen in Acryl

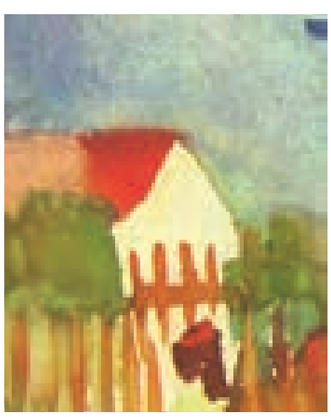
Ein Wochenendkurs für alle, die Spaß am Werkeln und am Umgang mit Acrylfarben haben. Wer lernen möchte große Keilrahmen selbst herzustellen, zu bespannen und zu bemalen ist herzlich eingeladen! Techniken der Acrylmalerei sowie die Entwicklung von individuellen Bildideen stehen ebenso auf dem Programm.
Bitte mitbringen: vorhandene Acrylfarben, sowie dickeres Papier (kein Acrylmalpapier), kleine Keilrahmen, Wasserbecher.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72338D
Regina Föbinger
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Montag, 29.06.15, 18.00-19.30 Uhr
Freitag, 03.07.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 04.07.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 05.07.15, 10.00-17.00 Uhr
22 UStd., 70,20 Euro

Faszination Zeichnung

Crash-Kurs Zeichnen
In diesem Kurs steht das Entdecken der kreativen Vielfalt der Zeichnung im Vordergrund. Wie viel an Theorie brauche ich überhaupt und was sollte alles auf dem Papier sein, damit es eine »realistische Zeichnung« wird? Was ist erforderlich, um das Charakteristische zum Beispiel eines Stilllebens, einer Landschaft oder einer Person zu erfassen und wie bekommt man es aufs Papier. Gemeinsam werden wir versuchen etwas Licht ins Dunkel der zeichnerischen Grundbegriffe zu bringen.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A3 (mind. 180 g/qm), Bleistifte, weicher Radiergummi, Anspitzer.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72339D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 29.06.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro



Farbe und Technik

Experimentierfreudiges Malen, sinnliches Erleben der Farbe, Erlernen von Grundregeln der Malerei sind einige Schwerpunkte dieses Kurses. Ziel ist es, jedem Kursteilnehmenden ein schnell erlernbares und stets anwendbares Rüstzeug für gegenständliche sowie auch abstrakte Malerei mitzugeben.
Bitte mitbringen: Farben, Pinsel, Papier A3, Bleistift, Radiergummi.
Es entstehen Materialkosten

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72340D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 30.06.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Vom Abbild zur Abstraktion

Eine weiße Leinwand! Wie beginne ich? Diese Herausforderung wollen wir in der Komposition und der Farbe intensiv angehen. Gegenständlichen Dingen werden wir verfremden und daraus eine „Abstrakte Idee“ entwerfen. Finden Sie Schritt für Schritt Ihre eigene Abstraktion. Bildnerisches Denken wird aktiviert, der Blick öffnet sich für die vielen Möglichkeiten, zu einem eigenen Ausdruck zukommen. Dabei entscheiden Sie selbst, ob Sie die Abstraktionsschritte graphisch und linear umsetzen oder die gegebene Farbigkeit mit Aquarell und Acryl erforschen. Dementsprechend kann im Kurs je nach eigenem Entscheiden auf Papier oder auf Leinwänden gearbeitet werden.
Bitte mitbringen: Farben, Pinsel, Papier, evtl. Leinwand, Bleistift, Radiergummi. Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72342D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mittwoch, 01.07.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Porträt im Aquarell

Porträtmalerei erfreut sich wieder zunehmender Beliebtheit. Betrachten Sie das Gesicht und dessen Proportionen und lernen Sie mehr über die zeichnerische realistische Darstellung. Auf Grundlage der Bleistiftzeichnung wird ein Gesicht mit Aquarellfarben herausgearbeitet: nicht realistisch, sondern Skizzenhaft und in einer spontanen Pinselführung. Der Einsatz von Ölkreiden verstärkt in einem weiteren Schritt Strukturen und Formen. Entdecken sie die spannende Mischtechnik.
Bitte bringen Sie ein Foto/Farbausdruck (Kopf sollte 25 cm groß sein) mit, anhand dessen Sie Ihr Porträt mit einer einfachen Durchpaustechnik erstellen. Die Vorlage erlaubt es, sich ganz auf die Aquarellmalerei einzulassen.
Zu diesem Kurs ist jeder willkommen, der über Basiswissen verfügt.
Bitte mitbringen: Aquarellblock, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Lappen, Naturschwämmchen, 2 Gefäße für Wasser.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72344D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Donnerstag, 02.07.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Das moderne Aquarell: Florales

Auf unserer Suche nach neuen Wegen der kreativen Malerei greifen wir auf ungewohnte Hilfsmittel zurück und wir werden durch zeichnerische Elemente die Bildwirkung erhöhen. Dem Bereich erweiterter, unkonventioneller Malwerkzeuge und Maltechniken kommt an diesen Tagen eine besondere Bedeutung zu. Ziel des Kurses ist, eine Fülle von Anregungen zu Material und Werkzeugen, vor allem aber zu unterschiedlichen Gestaltungsmöglichkeiten zu geben. Zu diesem Kurs ist jeder willkommen, der über Basiswissen verfügt. Unverzichtbar sind jedoch Aufgeschlossenheit für Neues und Mut zum experimentellen Arbeiten.
Bitte mitbringen: Aquarellblock, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Lappen, Naturschwämmchen, 2 Gefäße für Wasser.
Es enstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72346D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Freitag, 03.07.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Das moderne Aquarell: Landschaft

Endecken sie die Faszination von Aquarellmalerei. Ob zunächst mit dem Stift skizziert oder gleich mit dem Pinsel aufgetragen. Die Aquarellmalerei erlaubt unendliche Möglichkeiten der Farbmischung, Verläufe und das Setzten von Konturen durch schichtweisen Farbauftrag. Sie haben die Wahl zwischen Abbildung und weitgehender Formauflösung. Erleben Sie eine faszinierende Technik.
Bitte mitbringen: Aquarellblock , Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Lappen, Naturschwämmchen, 2 Gefäße für Wasser.
Es enstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-72348D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 04.07.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Wochenkurs

für Anfänger und Fortgeschrittene
Die Grundkurse sind geeignet für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse im Scheibendrehen. Die Kursinhalte sind: Vorbereitung des Arbeitsplatzes, richtige Vorbereitung des Tons, Zentrieren des Tonbatzens auf der Drehscheibe, Aufbrechen des Tonbatzens, Drehen einfacher zylindrischer Gefäße und Glasieren der gefertigten Stücke durch Tauchen in den Glasurbrei.
Im Aufbaukurs werden ergänzende Techniken vermittelt wie das Drehen zylindrischer und bauchiger Gefäße, die Verbesserung der gedrehten Stücke durch Abdrehen und das Henkelziehen.
Sofern das Angebot nicht gesondert gekennzeichnet ist, sind die Kurse für Anfänger/-innen und fortgeschrittene Teilnehmer/-innen geeignet. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und Handtuch. Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-73110D
Elfriede Bredemeier
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
Mo-Fr, 29.06.-03.07.2015
10.00-17.00 Uhr, 40 UStd., 148,00 Euro

Kreatives Gestalten mit Holz

Auf dem Vorbereitungstreffen für die Sommer-Akademie (**Veranstaltung 151-74116D**) besprechen wir Ihre Idee und die Materialorganisation.
Die Teilnahme am Vorbereitungstreffen ist unbedingt erforderlich.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung.
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-74116D
Annette Hobbelink
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen: ist am 18.06.15 um 18.00 -19.30 Uhr
Samstag, 27.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 28.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Montag, 29.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Dienstag, 30.06.15, 10.00-17.00 Uhr
32 UStd., 118,40 Euro

Freies Malen in Acryl

Die klare, seidenglänzende Leuchtkraft der Pigmente der Acrylfarben mit ihren unerwarteten Assoziationsmöglichkeiten, deren leichte und schnelle Verarbeitung sowie die unendlich vielen Facetten der grenzenlosen Gestaltungsmöglichkeiten sind wirklich bestechende Aspekte der Acrylmalerei. Doch das Wesen der Acryl-Bilder besteht nicht nur aus den Acrylfarben. Vielmehr ist es wichtig zu erkennen, dass das Malen und das Lernen, mit Acrylfarben zu arbeiten, in der sinnlichen Wahrnehmung begründet sind. Das genaue Beobachten von Licht und Schatten und das Festlegen der Farbigkeit in der Bildkomposition sind auch für die abstrakte Bilddarstellung unabdingbar. **Bitte mitbringen:** Acrylfarben, Pinsel unterschiedlicher Größe, Kohlestifte, Materialien wie Sand, Papier, Reliefpasten, Klebstoff (z.B. Uhu oder Ponal) und Leinwände beliebiger Größe (gern auch sehr große Leinwände z.B.100x150cm). Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72400D
Josi Dicken
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 05.02.15, 17.30-19.00 Uhr
Samstag, 14.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 15.02.15, 10.00-17.00 Uhr
18 UStd., 73,60 Euro

Veranstaltung 151-72402D
Josi Dicken
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 30.04.15, 17.30-19.00 Uhr
Samstag, 09.05.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 10.00-17.00 Uhr
18 UStd., 73,60 Euro

Das große Format – Einzelbild und Serie

Experimentieren mit Acryl

Das Malen auf großen Formaten führt schnell in ein befreites Arbeiten. Mit Stift, Pinsel, Spachtel oder Schwamm können Sie großzügig (abstrakt oder konkret) auf Packpapier, Karton oder Leinwand malen. Mithilfe experimenteller Techniken wie Materialdruck, Collage oder Relief lässt sich die bildnerische Spannung verdichten. Eine Einführung in experimentelle Techniken, Komposition und Farbgestaltung samt Aufbau einer Serie wird gegeben. **Bitte mitbringen:** Packpapier, Karton, Keilrahmen, Acrylfarben, Flachpinsel (für große Formate ca. 3-4 cm breit), Schwamm, Spachtel, Lappen, Frischhaltefolie, Teller, Kreppklebeband, Schere, Bleistift, weiteres Material auf Wunsch. Fragen zu den Materialien und Formaten können in einem Vorbereitungsgespräch geklärt werden. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72420D
Gabriele Kaiser
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Montag, 02.03.15, 18.00-19.30 Uhr
Samstag, 07.03.15, 10.00-16.00 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 10.00-16.00 Uhr
16 UStd., 60,80 Euro

Energiebilder

Experimentelle Malerei in Acryl
Die wohltuende Wirkung des Malens auf unseren Gemütszustand ist allgemein bekannt. Farben, Formen, Zeichen und Symbole bestimmen unsere Wahrnehmung. Damit kann die Malerei Einfluss auf Ihr Empfinden, Ihr Bewusstsein und Ihre Lebensenergie nehmen. Das Wissen um die Bedeutung der Farben, Formen und Symbole wird in meinem Kurs kurz theoretisch vermittelt und dann im praktischen Teil malerisch umgesetzt. Es entsteht in einem schöpferischen Prozess ein Energiebild, das Sie mit positiver Energie erreichen wird und ihre Wohnräume in angenehmer Weise veredelt. Einsteiger/-innen und geübte Teilnehmer/-innen sind gleichermaßen willkommen.
Bitte mitbringen: Leinwand oder Malkartons, Papier, Acrylfarbe (schwarz, weiß, rot, gelb, blau, grün und falls vorhanden andere), Acrylpinsel flach (z.B. Gr. 8, 12, 20), Lappen, Gläser, flache Pappteller, alte Kleidung. Wenn vorhanden: Bleistifte, breiter Flachpinsel (Baumarkt), Tusche, Kreide, Kreppklebeband, kleine Schaumstoffrollen, Spachtel und Spachtelmasse.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72430D
Gertje Danielzik
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 14.03.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 38,40 Euro

Offene Malwerkstatt: Acrylmalerei

für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Malen ganz nach Wunsch heißt das Motto der offenen Malwerkstatt: abstrakt oder gegenständlich, kleine oder große Formate, Altes überarbeiten oder Neues gestalten. Zur Inspiration werden verschiedene Gestaltungskonzepte in Basis- und Aufbautechniken gezeigt und erläutert. Es wird vermittelt, wie sich Bildideen mit spannenden Kontrasten, lebendigen Strukturen und differenzierten Farbstimmungen entwickeln, steigern und verfeinern lassen. Ihr kreativer Prozess wird begleitet mit Tipps und individueller Beratung. **Bitte mitbringen:** Aquarellpapier (ab 300g/qm) / Keilrahmen, Acrylfarben, Pinsel, Spachtel, Schwamm, Haushaltspapier, Frischhaltefolie, Teller, Kreppklebeband, Schere, weiteres Material auf Wunsch. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72440D
Gabriele Kaiser
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbesprechung:
Montag, 15.06.15, 18.00-19.30 Uhr,
Freitag, 19.06.15, 16.00-20.30 Uhr
Samstag, 20.06.15, 10.00-16.00 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 10.00-16.00 Uhr
21 UStd., 88,20 Euro

Aquarellmalerei

Wer den gestalterischen Freiraum der Aquarellmalerei nutzen möchte, benötigt umfassende Grundkenntnisse über Farben, Farbmischungen, Bildkompositionen und Perspektive. Sie erhalten viele Tipps zur jeweiligen Malweise (Trockentechnik, Nass-in-Nasstechnik, lasierende Technik). Für geübte Teilnehmer/-innen sind auch freie und experimentelle Arbeiten möglich. Generell ist der Kurs jedoch für Anfänger/-innen und fortgeschrittene Teilnehmer/-innen geeignet. **Bitte mitbringen:** Aquarellblock 30x40 cm, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben (falls vorhanden), Aquarellpinsel, Lappen, Naturschwämmchen, 2 Gefäße für Wasser. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72502D
Era Freidzon
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-12.45 Uhr, 32 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-72503D
Era Freidzon
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
9.30-12.45 Uhr, 32 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-72504D
Christa Fuchs
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Freitag, ab 30.01.15
9.30-11.45 Uhr, 24 UStd., 70,80 Euro

Veranstaltung 151-72506D
Erika Grabe
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
7 x Mittwoch, ab 04.02.15
9.30-11.45 Uhr, 21 UStd., 61,95 Euro

Veranstaltung 151-72508D
Erika Grabe
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Mittwoch, ab 15.04.15
9.30-11.45 Uhr, 9 UStd.
30,60 Euro

Veranstaltung 151-72510D
Erika Grabe
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
5 x Mittwoch, ab 27.05.15
9.30-11.45 Uhr, 15 UStd.
51,00 Euro

Veranstaltung 151-72602D
Brackel
Immanuel–Kant–Gymnasium
Grüningsweg 42
8 x Montag, ab 26.01.15
16.00-18.15 Uhr, 24 UStd.
66,00 Euro

Veranstaltung 151-72604D
Brackel
Immanuel–Kant–Gymnasium
Grüningsweg 42
8 x Montag, ab 13.04.15
16.00-18.15 Uhr, 24 UStd.
66,00 Euro

Abendkurse

Veranstaltung 151-72700D
Gertje Danielzik
Eving
Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e. V., Herrekestr. 66
8 x Montag, ab 26.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro

Veranstaltung 151-72702D
Gertje Danielzik
Eving
Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e. V., Herrekestr. 66
8 x Montag, ab 20.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro

Ein Wellnesstag mit Bewegung und Malen

Die Bewegungen werden nach der Feldenkraismethode ausgeführt. Es handelt sich um kleine, ohne Anstrengung auszuführende Bewegungen, die meist im Liegen stattfinden und zur Lockerung und Entspannung führen sollen. In diesem gelösten Zustand werden wir uns nach angeleiteten Fantasiereisen malerisch ausdrücken.
Es sind keine Vorerfahrungen nötig.
Bitte mitbringen: Decke oder Matte, bequeme, lockere Kleidung, warme Socken, ein Kissen und Farben, Stifte, Papier nach Belieben, sowie einen einen kleinen Imbiß für mittags.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72780D
Ursula Gelzinnus
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 28.02.15, 10.00-16.00 Uhr
7 UStd., 29,40 Euro

Magie der Farben

Aquarell experimentell für Anfänger und Fortgeschrittene
Ein Kurs für alle, die mit Aquarellfarben kreativ, losgelöst und entspannt malen möchten. Ob Sie eine abstrakte oder konkrete Darstellung wählen, die Nass-in-Nass Technik ermöglicht es Ihnen, dem Fluss der Farben folgend zarte oder kräftige Farbkompositionen zu produzieren und individuelle Formen zu entwickeln. In Kombination mit der Trockentechnik entstehen zauberhafte Bilder. Eigene künstlerische Ideen können umgesetzt werden.

Bitte mitbringen: Aquarellblock 30x40 cm (Qualität: Torchon), Aquarellfarben: Kadmiumgelb (hell), Zinnoberrot, Karminrot, Ultramarinblau, Preussischblau, Permanentgrün, Brilliantgrün, ocker, Sepia, Englischrot, Schwarz, ein Aquarellpinsel mittlerer Stärke.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72800D
Monika Scharmacher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 12 UStd., 45,60 Euro

Die Collage

Kreatives Gestalten
Bei der Collage können Sie Ihre Kreativität mit einfachen Mitteln entfalten und dies ohne Vorkenntnisse und mit vorzeigbaren Ergebnissen.
Die Collage ist eine Technik der Bildenden Kunst, bei der durch Aufkleben verschiedener Elemente ein neues Ganzes geschaffen wird. Alle Techniken wie Schneiden, Reißen, Zeichnen, Malen, Nähen, Sticken und mehr können erprobt werden. Es entstehen einmalige und individuelle Werke mit vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten. Von der Gestaltung individueller Briefe, Karten und Bucheinbände bis zu großformatigen Bildern als Zimmerschmuck. Es wird mit Tapetenkleister auf Pappkarton gearbeitet.

Bitte mitbringen: gute Scheren, Bleistift, Lineal oder Geodreieck, Krepp-Klebeband, Material in Form von Zeitschriften, Kalendern, Fotos etc., bequeme Kleidung.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72910D
Ghislaine Wilson
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.02.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Veranstaltung 151-72920D
Ghislaine Wilson
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.03.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Veranstaltung 151-72930D
Ghislaine Wilson
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 18.04.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

20.000 Hobby-, Bastel- und Künstlerartikel auf 550 m²

Mo – Sa 10 – 19 Uhr
Ostenhellweg 35
44135 Dortmund
t 0231 . 52 19 13
www.idee-shop.de

idee.
der creativmarkt

Kulturwirtschaft, Töpfern, Plastisches Gestalten

Künstlerische Leitung:
Anette Göke
(0231) 50-2 59 93
agoeke@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Martina Leveque
(0231) 50-2 48 92
mleveque@stadtdo.de

Töpfern – Keramik – Gestalten mit Holz

Offene Töpferwerkstatt

Die VHS Dortmund bietet die Möglichkeit, die Töpferwerkstatt im Creativzentrum unter fachkundiger Betreuung zu nutzen, unabhängig von der Teilnahme an einem Töpferkursus. Angesprochen sind alle, die das Töpfern auf der Drehscheibe einmal kennen lernen und ausprobieren möchten.
Möglich ist weitgehend selbstständiges Arbeiten in allen gewünschten Techniken wie das Drehen auf der Töpferscheibe, das Nachbearbeiten gedrehter Stücke durch Abdrehen und Dekorieren sowie das Glasieren von geschrühten Stücken.
Für die Fertigstellung frisch gedrehter Gefäße sind zwei Folgetermine erforderlich. Materialkosten entstehen je nach Verbrauch.

Bitte Arbeitskleidung und Handtuch mitbringen.

Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
pro Termin 4 UStd.
pro Termin 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-73000
Freitag, 27.02.15, 15:00-18:00 Uhr

Veranstaltung 151-73002
Freitag, 06.03.15 15:00-18:00 Uhr

Veranstaltung 151-73004
Freitag, 13.03.15, 15:00-18:00 Uhr

Veranstaltung 151-73006
Freitag, 29.05.15, 15:00-18:00 Uhr

Veranstaltung 151-73008
Freitag, 12.06.15, 15:00-18:00 Uhr

Veranstaltung 151-73010
Freitag, 19.06.15, 15:00-18:00 Uhr

FOTO: PETER SCHAEFER

Töpfern auf der Drehscheibe

Die **Grundkurse** sind geeignet für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse im Scheibendrehen.
Die Kursinhalte sind: Vorbereitung des Arbeitsplatzes, richtige Vorbereitung des Tons, Zentrieren des Tonbatzens auf der Drehscheibe, Aufbrechen des Tonbatzens, Drehen einfacher zylindrischer Gefäße und Glasieren der gefertigten Stücke durch Tauchen in den Glasurbrei.

Im **Aufbaukurs** werden ergänzende Techniken vermittelt wie das Drehen zylindrischer und bauchiger Gefäße, die Verbesserung der gedrehten Stücke durch Abdrehen und das Henkelziehen. Sofern das Angebot nicht gesondert gekennzeichnet ist, sind die Kurse für Anfänger/-innen und fortgeschrittene Teilnehmer/-innen geeignet.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und Handtuch. Es entstehen Materialkosten.

Grundkurs
Veranstaltung 151-73100D
Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Montag, ab 19.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Grundkurs
Veranstaltung 151-73102D
Elfriede Bredemeier
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 20.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-73104D
Elfriede Bredemeier
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 21.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-73106D
Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Kompaktseminar für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Veranstaltung 151-73112D
Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 60,80 Euro

Grundkurs
Veranstaltung 151-73116D
Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Montag, ab 20.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Grundkurs
Veranstaltung 151-73118D
Elfriede Bredemeier
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Dienstag, ab 21.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-73120D
Elfriede Bredemeier
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd.
94,40 Euro

Kompaktseminar für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Veranstaltung 151-73122D
Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 16.05.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 17.05.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 60,80 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-73124D
Horst Greb
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Do., ab 16.04.-15,18.00-21.15 Uhr
32 UStd., 94,40 Euro

Keramik

Ton kann man drücken, kneten, modellieren und hohl aufbauen.
Ob nun Gefäße oder Objekte entstehen, der Werkstoff Ton bietet nahezu unbegrenzten Raum für kreative Gestaltungsmöglichkeiten.
Schwerpunkte der Grundkurse im Töpfern und keramischen Arbeiten sind: Einführung in die Formgestaltung, Vermittlung von Aufbautechniken (Wulsttechnik, Plattentechnik), Figürliches und plastisches Gestalten, Oberflächengestaltung (Struktur und Glasur), Brennvorgänge und Materialkunde.
Bitte mitbringen: Rollholz, Plastiktüte, altes Geschirrtuch, Lineal.
Es entstehen Materialkosten.

Werkraum
Veranstaltung 151-73200D
Edeltraud Pohl
Dorstfeld
Fine–Frau–Grundschule,
Am Wasserfall 26
8 x Dienstag, ab 20.01.15
18.30-21.45 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro

Werkraum
Veranstaltung 151-73202D
Edeltraud Pohl
Dorstfeld
Fine–Frau–Grundschule
Am Wasserfall 26
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.30-21.45 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro

Werkraum
Veranstaltung 151-73204D
Edeltraud Pohl
Dorstfeld
Fine–Frau–Grundschule
Am Wasserfall 26
8 x Dienstag, ab 14.04.15
18.30-21.45 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro

Werkraum
Veranstaltung 151-73206D
Edeltraud Pohl
Dorstfeld
Fine–Frau–Grundschule
Am Wasserfall 26
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-21.45 Uhr, 32 UStd.
83,20 Euro

Betonobjekte für Innen und Außen (Einsteigerkurs)

Betonobjekte für Innen und Außen. Entdecken Sie den zumeist völlig unterschätzten Beton als vielseitigen Werkstoff. Sie erhalten ein kompaktes Basiswissen im Umgang mit selbst hergestelltem Material und gießen eigene Werke für den Garten, wie Blumentöpfe, Wasser- und Feuerschalen und Lichtobjekte. Nach der Trocknungszeit erfolgt die Nachbehandlung der Oberflächen mit Imprägnierungen und wasserabweisenden Lasuren. Es gibt eine Vorbesprechung bei dem das Thema ausführlich erklärt wird und schon erste Ideen für den Kurs besprochen werden. Bei dem Kurs entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 20,00 Euro abhängig von Menge und Verbrauch der Materialien.

Veranstaltung 151-73400D
Aleta Dambowy
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Freitag 17.04.15, 18.00 Uhr
8 x Freitag, ab 24.04.15
18.00-21.15 Uhr, 34 UStd.
118,00 Euro

Kreatives Gestalten mit Holz

Holz ist einer der ältesten und beliebtesten Naturwerkstoffe und vielseitig einsetzbar. In diesem Kurs können verschiedene Grundfertigkeiten im Umgang mit Holz erlernt werden: materialgerechte Verbindungen (wie Zapfen, Zinken, Dübeln, Schrauben, Leimen), sicherer Umgang mit Handmaschinen, Oberflächenbehandlung vom Schleifen bis zum Lackieren, Ölen oder Wachsen. Unter fachkundiger Anleitung können die unterschiedlichsten Holzobjekte entstehen wie Regale, Beistelltische, stumme Diener, Garten- oder Küchenbänke, Dekorationsobjekte und vieles mehr. Arbeiten an vorhandenen Großmaschinen sind aus Sicherheitsgründen nicht möglich.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-74112D
Annette Hobbelink
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
88,80 Euro

Veranstaltung 151-74114D
Annette Hobbelink
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Donnerstag, ab 19.03.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd., 88,80 Euro

Holzbearbeitung für Frauen

Anfänger

An diesem Wochenende wird das Arbeitsmaterial Holz vorgestellt. Anhand eines vorgegebenen Werkstückes kann unter fachfraulicher Anleitung der sichere Umgang mit Werkzeugen und besonders der Einsatz von Handmaschinen erlernt werden. Dabei kommen schwerpunktmäßig die Stichsäge, die Oberfräse, die Bohrmaschine und verschiedene Schleifmaschinen zum Einsatz. Nebenbei wird viel Wissenswertes mit Tipps und Tricks rund um das Thema Holz vermittelt. Arbeiten an vorhandenen Großmaschinen sind aus Sicherheitsgründen nicht möglich.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-74200D
Annette Hobbelink
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 9.15-17.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 10.00-16.15 Uhr
16 UStd.
73,60 Euro

Holzbildhauerei

Mit Holzbildhauerwerkzeug und ein wenig Phantasie kann ein schönes Kunstobjekt, ein Probestück oder einfach ein Geschenk entstehen.
Unter fachlicher Anleitung erlernen Sie den Umgang mit Schnitzwerkzeug und erfahren viel Wissenswertes über das vielseitige Material Holz.

Es kann eine Figur, ein Kopf, etwas Abstraktes oder ein kleines Objekt entstehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Auf dem Vorbereitungstreffen besprechen wir Ihre Idee und die Materialorganisation. Die Teilnahme am Vorbereitungstreffen ist unbedingt erforderlich. Es können Materialkosten entstehen, eigenes Holz kann mitgebracht werden.

Veranstaltung 151-74300D
Andrea Weniger
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1 Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 05.02.15, 18.00-19.30 Uhr
Samstag, 14.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 15.02.15, 10.00-17.00 Uhr
18 UStd., 73,60 Euro

Veranstaltung 151-74301D
Andrea Weniger
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 3, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 12.03.15, 18.00-19.30 Uhr
Samstag, 21.03.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 10.00-17.00 Uhr
18 UStd., 73,60 Euro

Veranstaltung 151-74302D
Andrea Weniger
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 11.06.15, 18.00-19.30 Uhr
Samstag, 20.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 10.00-17.00 Uhr
18 UStd., 73,60 Euro

Das Silber-Projekt

Die intensive fachliche Betreuung in dem professionell eingerichteten Atelier des Einzelstuecks schafft die Voraussetzung für außergewöhnliche Schmuckgestaltung.
Neben theoretischen und gestalterischen Grundkenntnissen wird ein Einblick in die manuelle Schmuckgestaltung vermittelt.
Gefertigt wird im Anschluss daran ein Schmuckstück nach eigenen Vorstellungen. Es wird nicht in Gold gearbeitet.

Die Einführung zum Thema inklusive Materialbesprechung ist am **Montag, dem 19.01.15 (Kurse 151-74500 bis 151-74526)**, und am **Montag, dem 13.04.15 (Kurse 151-74530 bis 151-74556**), jeweils ab 18.00 Uhr im Atelier Einzelstueck, Liboristr. 34, 44143 Dortmund).

Die Teilnahme an der Vorbesprechung ist unbedingt erforderlich.
Bitte zum Kurs mitbringen: Arbeitskleidung.
Es entstehen Materialkosten.

Kleingruppe
Wolf Györy
Atelier Einzelstueck,
Liboristr. 34
44143 Dortmund
14-tägig, jeweils 16 UStd.
118,80 Euro

Veranstaltung 151-74500
4 x dienstags, ab 20.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74502
4 x mittwochs, ab 21.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74504
4 x donnerstags, ab 22.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74506
4 x freitags, ab 23.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74508
4 x samstags, ab 24.01.15
10:00-13:15 Uhr

Veranstaltung. 151-74510
4 x samstags, ab 24.01.15
16:00-19:15 Uhr

Veranstaltung 151-74520
4 x dienstags, ab 27.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74522
4 x mittwochs, ab 28.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74524
4 x donnerstags, ab 29.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74526
4 x freitags, ab.30.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74530
4 x dienstags, ab 14.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74532
4 x mittwochs, ab 15.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74534
4 x donnerstags, ab 16.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74536
4 x freitags, ab 17.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74538
4 x samstags, ab 18.04.15
10:00-13:15 Uhr

Veranstaltung 151-74540
4 x samstags, ab 18.04.15
16:00-19:15 Uhr

Veranstaltung 151-74550
4 x dienstags, ab 21.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74552
4 x mittwochs, ab 22.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74554
4 x donnerstags, ab 23.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranstaltung 151-74556
4 x freitags, ab 24.04.15
17:00-20:15 Uhr

Plastisches Gestalten

Modellieren mit Draht und Mörtel
In diesem Kurs entstehen wetterfeste Plastiken. Durch das Aufbringen von Mörtel auf selbstgeformte Drahtgerüste entstehen individuelle Objekte, die nach dem Trocknen bemalt werden können. Ziel dieses Kurses ist die Sensibilisierung für die eigene Kreativität und Phantasie. Auf dem Vorbereitungstreffen besprechen wir Ihre Idee und die Materialorganisation. Die Teilnahme am Vorbereitungstreffen ist unbedingt erforderlich.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-74400D
Heike Dutkowski
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Montag, 23.02.15, 19.00-20.30 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 12.00-17.00 Uhr
Samstag, 07.03.15, 12.00-17.00 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 12.00-17.00 Uhr
20 UStd., 75,60 Euro

Schmuckgestaltung in Silber und Gold

Gestalten Sie Ihr Schmuckstück nach eigenen Ideen mit Lust und Laune
Was Sie schon immer tragen wollten; in diesem Kurs können Sie mit ein bißchen Geschick Ihr individuelles Schmuckstück gestalten, Ihr Unikat! Ob Silber oder Gold, Ring oder Brosche, Edelstein oder Fundstücke: an Hand Ihrer Ideen wird die Vorgehens- und Arbeitsweise Schritt für Schritt erläutert, demonstriert, ohne dass Sie über profunde handwerkliche Fähigkeiten verfügen müssen: learning by doing!
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Papier, Klebestift. Werkmittel und Hilfsmittel werden gestellt. Schmuckmetall kann bestellt werden, es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-74580D
Thomas Pietrzyk
Museum für Naturkunde
Münsterstr. 271
10 x Freitag, ab 16.01.15
12.45-16.00 Uhr
40 UStd., 118,00 Euro

Veranstaltung 151-74582D
Thomas Pietrzyk
Museum für Naturkunde
Münsterstr. 271
7 x Freitag, ab 17.04.15
12.45-16.00 Uhr, 28 UStd.
82,60 Euro

Mut zum Hut

Entwurf und Gestaltung
Der Hut als Kopfbedeckung hat im Laufe der Jahrhunderte verschiedene Funktionen erfüllt, vom Schutz vor Witterungseinflüssen über das Anzeigen von Herkunft und Stand bis zum individuellen Ausdruck der eigenen Persönlichkeit. Heute hebt der getragene Hut mehr denn je den Einzelnen aus der Masse hervor und gilt als besonderes modisches Accessoire.
In diesem Workshop können ein bis zwei Hüte individuell entworfen und gefertigt werden.
Eine Vielzahl an Holzunterformen steht zur Verfügung, um einen proportional passenden und typgerechten Hut mit Schere, Nadel und Faden zu gestalten. Die Wahl der Materialien (Filz, Stroh, Stoff) wird auf dem Vorbereitungstreffen individuell besprochen.
Die Teilnahme am Vorbereitungstreffen ist unbedingt erforderlich.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-74600D
Rita Hasenfratz
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 12.02.15, 19.00-20.30 Uhr
Samstag, 21.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 10.00-17.00 Uhr
18 UStd., 73,60 Euro

Veranstaltung 151-74602D
Rita Hasenfratz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Donnerstag, 16.04.15, 19.00-20.30 Uhr
Samstag, 25.04.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 10.00-17.00 Uhr
17 UStd., 73,60 Euro

Veranstaltung 151-74604D
Rita Hasenfratz
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Vorbereitungstreffen:
Donnerstag, 16.04.15, 19.00-20.30 Uhr
Samstag 20.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 10.00-17.00 Uhr
17 UStd., 73,60 Euro

Buchbinden

Aus Papier, Zwirn, Leim und Stoff entsteht mit Kreativität und Liebe zum Detail das eigene Buch in traditioneller Fertigungsweise. Die handwerklichen Grundlagen werden unter fachkundiger Anleitung vermittelt. Tipps für die Restaurierung von alten Büchern und das Binden von Fotoalben ergänzen das Kursprogramm.
Es können keine bereits geschriebenen Einzelseiten gebunden werden.
Bitte mitbringen: große Nähnadel, Zahnseide, Geodreieck, Lackpinsel, Bleistift, alte Zeitung, Schere, Teppichmesser, dicke Bücher oder Bretter als Gewicht. Weißes Papier wird gestellt. Bitte farbiges Papier in DIN A3-Format und großzügig bemessener Menge mitbringen. Weitere Materialien können gegen einen Kostenbeitrag von der Dozentin gestellt werden.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-74700D
Nina Muric
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.03.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 73,60 Euro

Fotografie

Weiterbildungsmanagement:
Sabine Kieserling
(0231) 50-2 71 04
skieserlin@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Martina Leveque
(0231) 50-2 48 92
mleveque@stadtdo.de

Offene Fotowerkstatt

Die VHS Dortmund bietet Ihnen die Möglichkeit, die Fotowerkstatt (analog und digital) und das Schwarz-Weiß-Fotolabor im Creativzentrum unter fachkundiger Betreuung zu nutzen, unabhängig von der Teilnahme an einem Fotokurs.
Angesprochen sind alle, die Fragen zu schon fertigen Fotos, zur analogen oder digitalen Kameraausrüstung, zur Schwarz-Weiß-Laborentwicklung oder zur digitalen Bildbearbeitung haben.

Bitte mitbringen:
Fotokamera, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel
Materialkosten je nach Verbrauch.
Beachten Sie bitte auch die weiteren Termine der offenen Fotowerkstatt:

Weitere Termine unter:
151-75002 / -75004 /-75008

Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
pro Termin 4 UStd.
pro Termin 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-75000
Freitag, 30.01.15, 17.00-20.00 Uhr

Veranstaltung 151-75002
Freitag, 27.02.15, 17.00-20.00 Uhr

Veranstaltung 151-75004
Freitag, 27.03.15, 17.00-20.00 Uhr

Veranstaltung 151-75008
Freitag, 29.05.15, 17.00-20.00 Uhr

Veranstaltung 151-75012
Freitag, 26.06.15, 17.00-20.00 Uhr

Offene Fotowerkstatt für Jugendliche

Veranstaltung 151-75010
Dienstag, 04.08.15, 11.00-14.00 Uhr

Veranstaltung 151-75014
Donnerstag, 06.08.15, 11.00-14.00 Uhr

Tag der Fotografie im Creativzentrum

Die Dozenten des Fachbereiches Fotografie gewähren Einblick in ihr Kursangebot.

Sowohl die Räume als auch die Ausstattung des Fotografiebereichs werden vorgestellt.

Im Rahmen des Tages der offenen Tür ist dieses Angebot entgeltfrei.

Veranstaltung 151-75990D
Gisbert Gerhard/Marcus Düdder/Thomas Strenge/Jörg Zimmer/Kamilla Lauter/Jens Ackermann/Monika Ahrens/Jens Jakob/Nevzat Kerstan/Michael Albers
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 24.01.15, 11.00-14.30 Uhr
5 UStd., entgeltfrei

Digitale Fotografie
für Einsteiger

Spiegelreflex-Bridge- und Systemkameras
In diesem Kurs für Anfänger/-innen werden praktische Tipps im Umgang mit der digitalen Spiegelreflex- oder Bridgekamera gegeben. Die Grundbegriffe der digitalen Kameratechnik und die Grundlagen der Bildgestaltung werden dargestellt und mit praktischen Übungen fotografisch umgesetzt. Die Bild-Nach-Bearbeitung am Computer ist nicht Gegenstand des Kurses.
Bitte mitbringen: digitale Spiegelreflex- oder Bridgekamera,Systemkamera (keine digitalen Kompaktkameras), Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial.
Es entstehen Materialkosten.

Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1

Veranstaltung 151-75016D
4 x Montag, ab 23.02.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75020D
4 x Montag, ab 19.01.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75024D
4 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75026D
4 x Montag, ab 20.04.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75029D
4 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75028D
4 x Dienstag, ab 26.05.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75104D
Samstag, 14.03.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75108D
4 x Dienstag, ab 03.03.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75112D
Samstag, 07.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75120D
Samstag, 25.04.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Digitales Fotografieren mit der Kompaktkamera

Motivprogramme sind auf bestimmte Aufnahmesituationen fest definierte Einstellungen der Kompaktkamera, die völlig automatisch Blende, Verschlusszeit etc. vorgeben und als Erleichterung für Schnappschüsse und Fotografieeinsteiger gedacht sind.

Zu den häufigsten Motivprogrammen zählen:
- Sportmodus
- Panoramaeinstellungen
- Funktionen für Portrait- oder Nahaufnahmen.

In diesem Kurs wird die motivbezogene Technik der Automatikprogramme von Kompaktkameras erläutert und deren fotografische Einsatzmöglichkeiten praktisch erprobt.
Die Bild-Nach-Bearbeitung am Computer ist nicht Gegenstand des Kurses.

Bitte mitbringen:
Kompaktkamera mit Motivprogrammen (keine Spiegelreflex- oder Bridgekamera)
Bedienungsanleitung
Kamera-CD
USB-Kamerakabel
Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75036D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd., 66,00 Euro

Veranstaltung 151-75038D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd., 66,00 Euro

Basiskurs Schwarz-Weiß-Fotografie und Laborarbeit

Vom gesehenen zum fertigen Bild ist eine Vielzahl fotografischer Schritte durchzuführen. Zur bestmöglichen Umsetzung von Bildideen werden im Basiskurs Grundkenntnisse der Aufnahmetechnik und der Arbeit im Schwarz-Weiß-Fotolabor vermittelt.

Themenschwerpunkte sind:

- Grundlagen der analogen Kamera- und Aufnahmetechnik
- Einführung in das lichtbildnerische Gestalten
- Grundlagen der Negativ- und Positi ventwicklung (Fotolabor).

Es wird mit Schwarz-Weiß-Material fotografiert.

Bitte mitbringen:
Analoge Fotokamera
Bedienungsanleitung
Schreibmaterial
Weitere Materialien werden im Kurs besprochen. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75040D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd.
66,00 Euro

Die hohe Schule der Schwarz-Weiß-Fotografie

Trotz des Vormarsches der digitalen Fotografie hat die klassische Schwarz-Weiß-Fotografie nichts von ihrem Reiz eingebüßt. Dieses Angebot wendet sich an ambitionierte Fotografen/-innen, die bei der Aufnahme und im Labor die Schwarz-Weiß-Technik gezielt als künstlerisches Transportmittel für die Bildinhalte einsetzen möchten. Von der Lichtführung über die Filmauswahl und Filtertechnik bis zur Entwicklungsarbeit im Fotolabor wird die farbige Wirklichkeit in ein künstlerisch anspruchsvolles Bild in Schwarz-Weiß umgesetzt.
Kamera- und einfache Laborkenntnisse werden vorausgesetzt.

Bitte mitbringen:
Analoge Fotokamera
und ggf. Fotoausrüstung
Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-75044D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 09.05.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Projektkurs Fotografie

Schwerpunkt des Kurses ist die Entwicklung einer persönlichen fotografischen Handschrift und die Aneignung der gestalterischen und technischen Fähigkeiten, die notwendig sind, um die eigenen Ideen angemessen umsetzen zu können.

Geplant sind die folgenden thematischen Schwerpunkte:

- Landschaftsfotografie
- inszenierte Fotografie
- Porträts
- fotografische Spurensicherung (Indus triekultur, Strukturwandel, persönli che Umfelder)
- Farbgestaltung
- Belichtung

Vorschläge der Teilnehmenden sind ausgesprochen erwünscht.
Bitte bringen Sie möglichst viele eigene Fotografien/Bilddateien mit.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75048D
Jörg Zimmer
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
8 x Mittwoch, ab 11.02.15
18.30-21.45 Uhr, 32 UStd.
176,00 Euro

Konzeptionelle Fotografie

Ziel dieses Kurses ist es, eine freie Arbeit fotografieren zu können.
Dabei sind alle Genres erlaubt.
Ob Portrait-, Werbe-, Journalistische-, Landschafts- oder Dokumentarfotografie.
Gibt es Regeln für ein gutes Bild?
Wie erzähle ich eine Geschichte?
Was ist eine Serie?
Und was ist der Unterschied zu den anderen Genres?
Wir erarbeiten erst eine fotografische Konzeption und anschließend eine bildnerische Auseinandersetzung zu einem definierten Thema.

Voraussetzung für diesen Kurs sind Grundkenntnisse in der Kameratechnik.

Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75052D
Marcus Düdder
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
6 x Dienstag, ab 10.03.15
18.00-21.15 Uhr, 24 UStd.
132,00 Euro

Kamera- und Aufnahmetechnik

Spiegelreflexkameras

Die Funktionsweise der Spiegelreflexkamera mit ihren Automatikprogrammen und der manuelle Betrieb sind Schwerpunkte des Kurses. Die Belichtungsmessung und ihre Sonderfälle, die Belichtungszeit, die Blende und die Brennweite zur Bildgestaltung werden ausführlich behandelt und mit praktischen Übungen fotografisch umgesetzt.

Bitte mitbringen:
Spiegelreflexkamera
Bedienungsanleitung
Kamera-CD
USB-Kamerakabel
Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75058D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
4 x Montag, ab 01.06.15
18.00-21.15 Uhr, 16 UStd.
88,00 Euro

Veranstaltung 151-75060D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 28.02.15,
10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Das digitale Fotolabor:
RAW – Grundlagen

Im RAW-Format (engl. raw = roh) erstellte Bilder erhalten ihre Qualität. Eine Bildbearbeitung durch die Software in der Kamera findet vor dem Speichern auf die Karte nicht statt. Sämtliche vom Bildsensor erfassten Details bleiben vollständig erhalten. Die Bildnachbearbeitung wie Weißabgleich, Schärfen, Beeinflussung von Farben oder Helligkeit kann dann in vollem Umfang nachträglich durchgeführt werden. Abschließend wird die Datei in ein Standardformat konvertiert.

Inhalt:
Vor- und Nachteile der Rohdatenverarbeitung von Fotodateien
Tipps für geeignete Bildbearbeitungsprogramme

Bitte mitbringen:
Digitale Fotokamera (die das RAW-Format abspeichern kann)
Kamera-CD
USB-Kamerakabel
Bedienungsanleitung
Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75064D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 07.03.15,
10.00-17.00 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Das digitale Fotolabor:
Schwarz-Weiß-Fotografie digital

Moderne Bildbearbeitungsprogramme können ein Farbbild per Mausklick in ein Schwarz-Weiß--Foto umwandeln. Die digitale Aufnahmetechnik bietet dem ambitionierten Fotografen allerdings noch weit mehr Optionen, um exzellente Schwarz-Weiß-Ergebnisse zu erzielen.

Themen der Workshops:

- Gezielte Umwandlung der Farben in Grauwerte
- Arbeiten mit den Farbkanälen
- Simulation des Einsatzes von analo gen Farbfiltern
- Simulation von Kornstrukturen der analogen Fotografie
- Bearbeitung der Zeichnung in Schat ten und Lichtern

Einfache Kenntnisse in der digitalen Bildbearbeitung sind Voraussetzung zur Teilnahme.

Bitte mitbringen:
Digitale Fotokamera
Kamera-CD
USB-Kamerakabel
Bedienungsanleitung
Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75068D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Sonntag, 29.03.15,
10.00-17.00 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Das digitale Fotolabor:
Scannen

Was mache ich mit alten Fotos, Negativen und Dias?

Die Schubladen sind voll mit Erinnerungsfotos, Originalnegativen in Schwarz-Weiß und Farbe oder mit Diapositiven.
In diesem Workshop erfahren Sie die Technik des Scannens und der Nachbearbeitung.
Sie entfernen Kratzer, korrigieren Falschfarben und setzen die Retusche gezielt zur Wiederaufbereitung von Fotografien ein.

Bitte mitbringen:
Schwarz-Weiß- oder Color-Negative vom Kleinbild bis zum Großbild (max. 8x10 inch)
Schwarz-Weiß- oder Color-Fotografien (max. DIN A4)
Diapositive
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75072D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
2 x Donnerstag, ab 15.01.15
18.00-21.15 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Das Geheimnis guter Fotos

Oftmals kann man sich beim Betrachten einer Fotografie nicht erklären, warum ein Bild als stimmig und richtig empfunden wird. Mehr zufällig und intuitiv ist ein Foto entstanden, das auch nach Jahren noch gefällt. Nur, reproduzieren lässt sich das gelungene Ergebnis ohne Fachkenntnisse zur Bildgestaltung kaum. In diesem Dia-Vortrag wird mit Bildbeispielen erklärt, wie man ein Bild professionell aufbaut und welche Grundüberlegungen wichtig sind.
Neben Tipps und Tricks für die alltägliche Fotografie werden nützliche Hinweise für Teilnehmer/-innen gegeben, die an Wettbewerben teilnehmen oder eine Ausstellung gestalten möchten. Der Dia-Vortrag wendet sich an Interessent/-innen, die bereits über Grundkenntnisse der fotografischen Bildgestaltung verfügen.
Bitte mitbringen: Schreibmaterial.

Veranstaltung 151-75080D
Ferdinand Hesener
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 02.03.15
18.30-21.30 Uhr, 4 UStd.
22,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Einführung in die fotografische Bildgestaltung

Mit anschaulichen Bildbeispielen aus der Geschichte der Fotografie soll ein lebendiges Verständnis für die Kunst der fotografischen Bildgestaltung entstehen. Dabei geht es um mehr als Tipps und Tricks! Der Vortrag wird zeigen, dass ein spannungsreiches und interessantes Bild das Ergebnis von einer geschulten Wahrnehmung und einer gekonnten fotografischen Technik darstellt. Eigene Fotografien können mitgebracht und unter dem Aspekt der neu erworbenen Kenntnisse mit dem Referenten besprochen werden

Vortrag

Veranstaltung 151-75084D
Thomas Strenge
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Donnerstag, 29.01.15, 18.30-21.00 Uhr, 3 UStd., 16,50 Euro
Anmeldung erforderlich

Von der Fotografie zum Bild
Grundkurs

Bildgestaltung

Für den ungeübten Laien in der Fotografie ist oft die Kamera- und Aufnahmetechnik der Schwerpunkt des Interesses. Doch schon bald stellt sich die Frage: Was unterscheidet das geknipste Foto von einem gelungenen, fotografischen Bild, das man sich auch nach Jahren noch gerne anschaut? Wann beginnt eine Fotografie eine Geschichte zu erzählen?

Bitte mitbringen:
analoge oder digitale Fotokamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial
Weiteres Material wird im Kurs besprochen. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75088D
Thomas Strenge
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Donnerstag, 12.02.15, 18.30-21.00 Uhr
Samstag, 14.02.15, 10.00-16.00 Uhr
Donnerstag, 19.02.15, 18.30-21.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Von der Fotografie zum Bild
Aufbaukurs

Bildgestaltung

Was macht ein gute Fotografie aus?
Welche Kriterien gibt es um ein eine Fotografie zu beurteilen und wert zu schätzen?
Welche Bildwirkung geht von einer gelungen Fotografie aus?
Schwerpunkt ist die Schulung der eigenen Wahrnehmung unter Berücksichtigung bildgestalterischer Aspekte.

Die Bildbesprechung wird in diesem Kursus in den Focus gestellt. Dabei werden sowohl ausgewählte Fotografien aus dem Bereich der Geschichte der Fotografie als auch eigene fotografierte Bilder ausführlich besprochen.

Bitte mitbringen:
analoge oder digitale Fotokamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial
Weiteres Material wird im Kurs besprochen. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75096D
Thomas Strenge
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Donnerstag, 23.04.15, 18.30-21.00 Uhr
Donnerstag, 30.04.15, 18.30-21.00 Uhr
Montag, 11.05.15, 18.30-21.00 Uhr
Donnerstag, 21.05.15, 18.30-21.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

HDR-Fotografie
Bildgestaltung

High Dynamic Range Fotografie (HDR) ist eine Bildbearbeitungstechnik für Fotos mit sehr hohen Bildkontrasten. HDR erhöht den Kontrastumfang und so können sehr helle und sehr dunkle Bildelemente in einer Aufnahme dargestellt werden. In der HDR-Fotografie werden mehrere, verschieden belichtete Aufnahmen desselben Motivs mit einer Software zu einem neu gestalteten Foto kombiniert. Vorkenntnisse in der Bildbearbeitung und fotografische Grundkenntnisse sind Voraussetzung zur Teilnahme.
Bitte mitbringen:
Digitale Kamera mit Möglichkeiten zur Belichtungskorrektur, Stativ (wenn vorhanden, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75105D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
2 x Mittwoch, ab 20.05.15
18.00-21.15 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

Großstadt bei Nacht
HDR-Fotografie

Im Workshop soll das Augenmerk auf schöne, ungewöhnliche Momente in der Großstadt gelegt werden. Mit der HDR-Fotografie gelingen Fotos, die mehr zeigen können, als die herkömmliche Fotografie. HDR steht für High Dynamic Range. Das bedeutet, dass die sehr hohen Bildkontraste in der Nacht zwischen den Schatten und den Lichtern mit dieser fotografischen Technik bewältigt werden können. Die entstandenen Fotos werden anschließend besprochen, ausgewählt, digital bearbeitet und zu einer kleinen Serie zusammengefasst.
Vorkenntnisse in der fotografischen Technik sind wünschenswert.
Bitte mitbringen: Digitale Kamera mit Möglichkeiten zur Belichtungskorrektur, Stativ (wenn vorhanden), Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75109D
Thomas Strenge
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.03.15, 10.00-14.00 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 10.00-15.30 Uhr
11 UStd., 60,50 Euro

Light-Painting

Im Kurs werden die Teilnehmer die Einstellungen für kreative Nachtaufnahmen kennenlernen, gemeinsam mit verschiedenen Leuchtmitteln, werden wir Bilder kreieren, die nicht jeder hat. Ideen und Kreativität sind gefragt, wenn jemand Leuchtmittel hat, kann er diese mitbringen, es ist aber nicht zwingend notwendig.
Bitte unbedingt mitbringen:
Eine Kamera, die manuelle Einstellungen ermöglicht, also Kameratypen, bei denen Langzeitbelichtung möglich ist, Stativ, etwas zum Abdunkeln der Linse.
Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung email oder handynummer an, die Dozenten möchten Ihnen vor Kursbeginn Informationen zukommen lassen.

Veranstaltung 151-75110D
Kamilla Lauter/Jens Ackermann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 26.01.15, 18.00-21.45 Uhr
5 UStd., 27,50 Euro

Veranstaltung 151-75114D
Kamilla Lauter/Jens Ackermann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 02.02.15, 18.00-21.45 Uhr
5 UStd., 27,50 Euro

Veranstaltung 151-75115D
Kamilla Lauter/Jens Ackermann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 09.02.15, 18.00-21.45 Uhr
5 UStd., 27,50 Euro

Porträtfotografie

Grundkurs

Das Porträt gehört zu den interessantesten Bereichen der Fotografie. Für die Darstellung der Person spielen die Beleuchtungstechnik im Studio ebenso eine wichtige Rolle wie die Tageslichtbedingungen im Innen- und Außenbereich, die Requisite und das fotografische Umfeld.

Bitte mitbringen:
Fotokamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial

Veranstaltung 151-75113D
Gisbert Gerhard/Anna Dillmann/Elli Schewtschenko
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 21.03.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Veranstaltung 151-75116D
Gisbert Gerhard/Anna Dillmann/Elli Schewtschenko
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 16.05.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 17.05.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-75118D
Gisbert Gerhard/Elli Schewtschenko/Anna Dillmann
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 13.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Tierische Aufnahmen

Fotografie im Dortmunder Zoo

Im Dortmunder Zoo leben über 1500 Tiere in mehr als 240 heimischen und exotischen Arten aller Kontinente. Diese Themenvielfalt lassen Raum für die unterschiedlichsten Bildmotive. Vom bewegten Bild mit gezielter Unschärfe über den künstlerisch eingesetzten Schnappschuss bis zum Tierporträt können die unterschiedlichsten fotografischen Ausdrucksmittel angewandt werden. Begonnen wird mit einer Einführung in die Kameratechnik und Bildgestaltung. Am Sonntag wird vor Ort im Zoo fotografiert mit Bildbesprechung.

Bitte mitbringen:
Fotokamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial.
Die Kosten für den Zooeintritt sind im Entgelt enthalten.
Der Workshop wird in Kooperation mit dem Dortmunder Zoo durchgeführt.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75121D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 20.06.15, 13.30-16.45 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 10.00-17.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Veranstaltung 151-75122D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Samstag, 04.07.15, 13.30-16.45 Uhr
Sonntag, 05.07.15, 10.00-17.00 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Blitzlichtfotografie

Der externe Blitz

Durch den Einsatz von Blitzlicht oder durch entsprechende Beleuchtungstechniken (in- und outdoor) kann den Fotografien eine besondere Atmosphäre gegeben werden. Es werden Techniken zum Gebrauch des Blitzlichtes in Verbindung mit vorhandenem Licht dargestellt und Aufnahmen im Fotostudio und outdoor erstellt.

Bitte mitbringen:
Fotokamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial, externes Blitzlicht, Stativ (wenn vorhanden), Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75124D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Samstag, 21.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Low-Light-Fotografie

Nachtaufnahmen und mehr

Inhalte:
- verschiedene, geringe Lichtsituationen (Abenddämmerung, Blaue Stunde, Nacht, Morgengrauen)
- deren kreative wie technische Umsetzung (Langzeitbelichtung, Unschärfen, Überstrahlungen, Objekte in Bewegung)

Variable Kurszeiten bezüglich der theoriebezogenen Einführung nach Absprache um unterschiedliche Lichtsituationen zu nutzen.
Vorkenntnisse im Umgang mit manuellen Einstellungen der analogen oder digitalen Kamera sind erforderlich.

Bitte mitbringen:
Fotokamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial

Soweit vorhanden:
Stativ, Graufilter, Gitterfilter.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75128D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Mittwoch, ab 25.02.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd., 66,00 Euro

Veranstaltung 151-75129D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Donnerstag, ab 26.02.15
18.00-21.15 Uhr, 12 UStd., 66,00 Euro

Makrofotografie

Die Welt der kleinen Dinge

Details fotografieren und mit abstrakten Formen und Farben spielen, die Nahfotografie fasziniert durch formatfüllende Aufnahmen von Miniaturen. Mit der Makrofotografie erschließt sich eine neue, unbekannte Welt: Mineralien, Modellbau, Uhren, Münzen, Pflanzen, Blumen und Insekten wie auch alltägliche Gegenstände aus Küche, Büro oder Werkstatt können in der professionell gestalteten Nahaufnahme eine eigene künstlerische Dynamik entfalten.

Bitte mitbringen:
Fotokamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial

soweit vorhanden:
externes Blitzlicht, Stativ
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75132D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 27.06.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 28.06.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

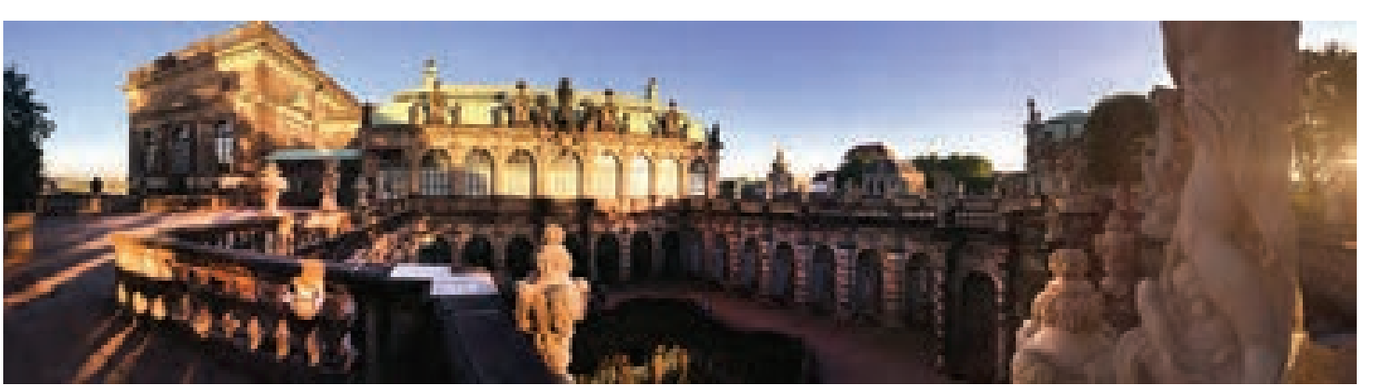
Architekturfotografie

Setzen Sie ein Haus, einen ganzen Straßenzug oder die Skyline einer Stadt in Szene und wählen Sie den richtigen Aufnahmestandpunkt. Erfassen Sie die architektonischen Besonderheiten in der Totalen und im Detail. Wie fügt sich das Objekt in seine Umgebung ein und wie wirkt es mit und auf Menschen? Wie wirkt es bei entsprechendem Licht? Tagsüber, in der Dämmerung und bei Nacht? Wie kann man stürzende Linien vermeiden oder wie werden sie zu einem Gestaltungsmittel? Der Workshop ist für Anfänger/-innen und geübte Teilnehmer/-innen geeignet.

Bitte mitbringen:
Fotokamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial

soweit vorhanden:
externes Blitzlicht, Stativ
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75136D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
3 x Dienstag/Mittwoch/Donnerstag
ab 30.06.15, 18.00-21.15 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro



Großbildfotografie
im Fotostudio

Der Fotograf steht hinter der Kamera unter einem schwarzen Tuch, um das auf dem Kopf stehende und seitenverkehrte Bild auf der Mattscheibe zu sehen. Fotografieren wie in den Anfängen der Fotografie. Bestechend bei der Großbildfotografie ist nicht nur das Aufnahmeformat, um Vergrößerungen mit höchster Auflösung zu machen. Mit der entsprechenden Fachkamera kann zum Beispiel Architektur fotografiert werden, ohne dass die Häuser nach hinten wegkippen.

Themen des Workshops sind:
- Architektur- und Sachaufnahmen
- Stilleben und table top.

Für den Workshop steht eine umfassende Großbildkameraausrüstung zur Verfügung.
S-W-Fachvergrößerungen können vom Negativformat bis 13x18 cm angefertigt werden.

Bitte mitbringen:
Schreibmaterial.
Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75140D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Sonntag, 25.01.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Das digitale Fotolabor:
Schwarz-Weiß-Fotografie digital

Schwarz-Weiß- und Infrarot-Fotografie digital
Moderne Bildbearbeitungsprogramme können ein Farbbild per Mausklick in ein Schwarz-Weiß--Foto umwandeln. Die digitale Aufnahmetechnik bietet dem ambitionierten Fotografen allerdings noch weit mehr Optionen, um exzellente Schwarz-Weiß-Ergebnisse zu erzielen.

Themen der Workshops:
- Gezielte Umwandlung der Farben in Grauwerte
- Arbeiten mit den Farbkanälen
- Simulation des Einsatzes von analogen Farbfiltern
- Simulation von Kornstrukturen der analogen Fotografie
- Bearbeitung der Zeichnung in Schatten und Lichtern
- Grundlagen der Infrarot-Fotografie

Einfache Kenntnisse in der digitalen Bildbearbeitung sind Voraussetzung zur Teilnahme.

Bitte mitbringen:
Digitale Fotokamera, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial
Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS

Veranstaltung 151-75612D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mittwoch, 03.06.15, 18.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 10.06.15, 18.00-21.15 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Das digitale Fotolabor
Bildbearbeitung

Geben Sie Ihren digitalen Fotos den letzten Schliff! Auch wenn das Bild schon technisch gut gelungen scheint, können Sie aus der Perspektive des Fotografen noch interessante Akzente setzen. Sie arbeiten mit der Belichtung und den Farben, dem Kontrast und der Helligkeit, wählen Ausschnitte und setzen Techniken des Abwedelns oder der Nachbelichtung ein.

Bitte mitbringen: digitale Fotokamera, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bilddateien, Schreibmaterial. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75630D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 28.03.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

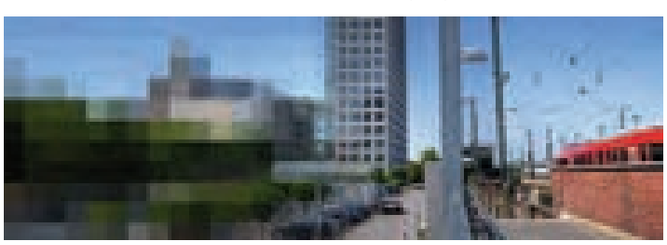
Veranstaltung 151-75632D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
2 x Mittwoch, ab 17.06.15
18.00-21.15 Uhr, 8 UStd.
44,00 Euro

HDR-Fotografie
Bildgestaltung

High Dynamic Range Fotografie (HDR) ist eine Bildbearbeitungstechnik für Fotos mit sehr hohen Bildkontrasten. Scheint in einer dunklen Kirche die Sonne durch das bunte Kirchenfenster, entsteht in der Aufnahmesituation ein hoher Motivkontrast und es ist nur möglich, den Innenraum oder das Fenster richtig zu belichten. HDR erhöht den Kontrastumfang und so können sehr helle und sehr dunkle Bildelemente in einer Aufnahme dargestellt werden. In der HDR-Fotografie werden mehrere, verschieden belichtete Aufnahmen desselben Motivs mit einer Software zu einem neu gestalteten Foto kombiniert. Vorkenntnisse in der Bildbearbeitung und fotografische Grundkenntnisse sind Voraussetzung zur Teilnahme.

Bitte mitbringen: Digitale Kamera mit Möglichkeiten zur Belichtungskorrektur, Stativ (wenn vorhanden), Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Bedienungsanleitung, Schreibmaterial. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75732D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Sonntag, 08.03.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro



Nachtfotografie
Kirmes/Feuerwerk 11.04.2015

Langzeitaufnahmen sind faszinierend und fesselnd, mit den richtigen Kameraeinstellungen ist es kein Problem. Die Osterkirmes in Dortmund am 11.04.2015 bietet die Kulisse für Aufnahmen mit beeindruckenden dynamischen Effekten einschließlich verschiendener Feuerwerksaufnahmen.

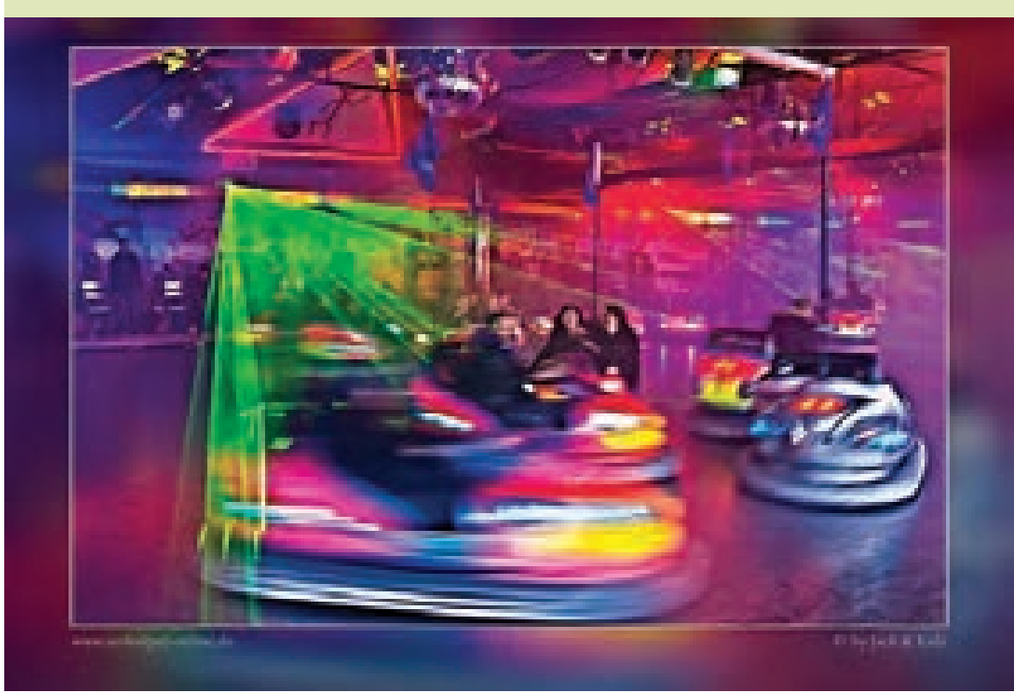
Eine Kamera, die manuelle Einstellungen zulässt, ist dabei Voraussetzung, ein Stativ zwingend notwendig. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Lerninhalte:
- Verschiedene Kameraeinstellungen
- Motive erkennen

Bitte nicht vergessen:
Ersatzakkus
Speicherkarten

Für diesen Kurs findet die Vorbesprechung am 24.03.2015 ab 18:00 statt und am 11.04.2015 werden auf der Kirmes die Fotos gemacht.

Veranstaltung 151-75200D
Kamilla Lauter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Dienstag, 24.03.15, 18.00-21.45 Uhr
5 UStd., 27,50 Euro



Studiofotografie

Professionelle Fotografien aus dem Studio zeichnen sich durch ihre Beleuchtungstechnik und den Umgang mit Requisiten aus, mit denen einfache oder banale Gegenstände inszeniert worden sind.

Themen des Wochenendseminars sind:
- Sachaufnahme
- Stilleben
- Beleuchtung
- Effektlicht
- Hintergrundprojektion

Hierzu steht eine umfangreiche Studioausstattung, wie eine Studioblitzlichtanlage mit Zubehör, Aufnahmetische, Hintergründe und zusätzlich zu Ihrer Fotoausrüstung eine Großbildkamera zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Fotokamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial

Soweit vorhanden: externes Blitzlicht, Stativ. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75800D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 31.01.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 01.02.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Reportagefotografie

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte - heißt es. Um aber größere Zusammenhänge darzustellen oder eine Geschichte zu erzählen, bedarf es mehrerer Bilder, die kurz hintereinander oder nach und nach über einen längeren Zeitraum und auch an verschiedenen Orten fotografiert worden sind. Inhalt des Workshops ist die Bearbeitung eines gemeinsamen Themas, um eine Reportage mit fotografischen Mitteln zu erstellen.
Bitte mitbringen: Fotokamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial.
Soweit vorhanden: externes Blitzlicht, Stativ. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75860D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 14.02.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 15.02.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Landschaftsfotografie

Der Sonnenuntergang am Meer, der Schnee in den Bergen oder ein nebeliger Herbsttag - Landschaftsmotive und Naturphänomene lassen Fotograf/-innen immer wieder auf den Auslöser drücken. Inhalte des Workshops sind Fragen zur Bildgestaltung, zur Anwendung von Licht und Perspektive, zur Aufnahmetechnik und zur geeigneten Fotoausrüstung.
Bitte mitbringen: Fotokamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial, soweit vorhanden: Stativ. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75870D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 30.05.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Sportfotografie

Bewegung, Dynamik, Ruhe

Ob beim BVB, bei einem internationalen Fußballwettbewerb oder in der Fußball-Kreisliga – die Ansprüche und Anforderungen an ein gelungenes Sportfoto sind vergleichbar.
Der Work-shop behandelt die gestalterischen Grundelemente und technischen Voraussetzungen für die kreative Sportfotografie. Bei einer aktuellen Sportveranstaltung werden die theoretisch vorbereiteten Elemente zur Sportfotografie praktisch erprobt.
Bitte mitbringen: Fotokamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende, Bedienungsanleitung, Kamera-CD, USB-Kamerakabel, Schreibmaterial.
Soweit vorhanden: externes Blitzlicht, Stativ. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-75880D
Gisbert Gerhard
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Samstag, 11.04.15, 10.00-17.00 Uhr
Sonntag, 12.04.15, 10.00-17.00 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Panoramabild mit dem iPhone

Handy-Fotografie

Projektkurs

In diesem Projektkurs werden kreative Handy-Fotos erstellt.
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-75900D
Kamilla Lauter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mittwoch, 06.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-75902D
Kamilla Lauter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mittwoch, 04.02.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Veranstaltung 151-75904D
Kamilla Lauter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mittwoch, 15.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Jens Jacob ist seit 2006 als freiberuflicher Filmemacher tätig und dreht Dokumentationen und Imagefilme.

2011 wurde seine Arbeit mit dem 1. Platz des Bürgermedienpreises der Landesanstalt für Medien NRW (LfM) ausgezeichnet.

Handyfilme

drehen und schneiden

Mit Handys Videos zu drehen und fertige Filme zu schneiden, wird immer einfacher und immer praktischer.
Das Ergebnis muss dabei nicht unscharf oder verwackelt aussehen.
Der Kurs gibt einen Einblick in die mobile Filmproduktion mit dem iPhone: Kurze Filmtheorie (Bildkomposition, Einstellungsgrößen, Kamerabewegung) Bedienung der Handy-Kamera Bedienung des Schnittprogramms iMovie.
Die Teilnehmer können ihre eigenen Geräte iPhone, iPad oder iPad mini mitbringen (jeweils ab Version iOS 6.1).

Für Praxisübungen im Kurs werden zwei Apps für insgesamt ca. 8 Euro aus dem AppStore benötigt. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse (Adresse) an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

Grundkurs

Veranstaltung 151-75906D
Jens Jacob
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Aufbaukurs

Veranstaltung 151-75908D
Jens Jacob
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Apps auf iPad und iPhone:

Bildbearbeitung

Lerninhalte:
1. Fotos laden
2. Bearbeitung (Skalieren, Helligkeit/Kontrast etc., Ebenen)
3. Rahmen, Text einfügen

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

Veranstaltung 151-75910D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 21.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Handy-Fotografie

Projektkurs für Jugendliche

In diesem Projektkurs werden kreative Handy-Fotos erstellt. Die Motivsuche wird in der Innenstadt sein.

Bitte bringe Dein eigenes Gerät mit.
Veranstaltung 151-75912D
Kamilla Lauter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 05.08.15, 11.00-13.15 Uhr
4 UStd., 10,00 Euro

Flickr (Foto-Online-Community)

Flickr (von englisch to flick through something, etwas durchblättern) Fotografieren macht Spass, die Bilder zu präsentieren ebenso. Das kommerzielle Web-Dienstleistungsportal Flickr erlaubt, digitale und digitalisierte Bilder sowie kurze Videos von maximal drei Minuten Dauer mit Kommentaren und Notizen auf die Website zu laden und so anderen Nutzern zugänglich zu machen („zu teilen").
Neben dem herkömmlichen Hochladen über die Website können die Bilder auch per E-Mail oder vom Mobiltelefon aus übertragen und später von anderen Webauftritten aus verlinkt werden.

Inhalt:
- Flickr-Account erstellen
- Alben anlegen
- Beitritt zu den VHS- Gruppen
- Tipps und Tricks

Veranstaltung 151-75950D
Kamilla Lauter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 09.03.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Foto-Online-Community Alternativen zu Flickr

Es werden Alternativen zu Flickr besprochen und die Vor-und Nachteile der einzelnen Communities:
- Photocommunty.de
- fotocommunity
- 500px
- panoramio
- Instagram
- tumbir
- ipernity

Zum Schluß kann ein account erstellt werden in der favorisierten Community.

Veranstaltung 151-75951D
Kamilla Lauter
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 27.04.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 22,00 Euro

Nähen und Textilgestaltung

Weiterbildungsmanagement:
Jessica Pothmann (re.)
(0231) 50-2 48 36
jpothmann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

Orientierungswoche

Welcher Nähkurs passt zu mir?
Sie wissen nicht so recht, welcher Kurs zu Ihnen passt? Dann sind Sie hier genau richtig. An diesem Abend erhalten Sie eine Übersicht des gesamten Angebots der Kurse im Bereich Nähen und Textilgestaltung. Die Dozentin hilft Ihnen dabei, den richtigen Kurs zu finden. AnfängerInnen sowie Fortgeschrittene und Profis sind hier herzlich willkommen.

Veranstaltung 151-76000
Verena Bolte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Veranstaltung 151-76002
Verena Bolte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.30-20.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Der Umgang mit der Overlock

Perfekte Nähergebnisse und Zeitersparnis – das sind die herausragenden Vorteile einer Overlock-Maschine. Denn sie erledigt drei Arbeitsgänge gleichzeitig: das Zusammennähen, Beschneiden und Versäubern der Stoffkanten. Die Overlock ist die ideale Ergänzung zur normalen Nähmaschine. Den richtigen und effektiven Umgang mit ihr zeigt Ihnen die Dozentin in dem Kurs. Wer mit der eigenen Overlock arbeiten möchte, kann diese mitbringen, sollte jedoch die Anleitung für die Maschine nicht vergessen. Bitte mitbringen: Stoffreste, Schere, Stecknadeln und Nähgarn.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76010
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 10.02.15, 18.30-21.45 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76012
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 08.03.15, 10.00-13.15 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76014
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 14.04.15, 18.30-21.45 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76016
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 28.06.15, 10.00-13.15 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Der Umgang mit der Nähmaschine

Sie lernen die Funktion einer Nähmaschine kennen und üben mit Hilfe der Dozentin erste Nähte auf der Maschine. Wer mit der eigenen Nähmaschine arbeiten möchte, kann diese mitbringen, sollte jedoch die Anleitung für die Maschine nicht vergessen. Bitte mitbringen: Stoffreste oder ein Stück Nessel (0,5m), Schere, Stecknadeln und Nähgarn.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76030
Friederike Moog
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 17.01.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76032
Friederike Moog
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76034
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 27.01.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76036
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 22.02.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76038
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 03.03.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76040
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 05.05.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76042
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 14.06.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Erste Schritte
mit der Nähmaschine

Zusammen mit der Dozentin nähen Sie einen Kissenbezug und erlernen so Schritt für Schritt die Funktionen einer Nähmaschine kennen. Wer mit der eigenen Nähmaschine arbeiten möchte, kann diese mitbringen, sollte jedoch die Anleitung für die Maschine nicht vergessen. Bitte mitbringen: Baumwollstoff in 3 Farben (je 40 cm), Schere, Stecknadeln und Nähgarn.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76060
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.02.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76062
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 23.03.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76064
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 27.04.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76066
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 18.05.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76068
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 01.06.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Führerschein
für die Nähmaschine

Kaum mit dem Nähen angefangen, schon bricht die Nadel ab und der Faden ist verheddert. Meist der Grund, dass die Nähmaschine ungenutzt bleibt. Gehen Sie mit der Nähmaschine auf Tuchfühlung. Wissenswertes über Funktion und Technik, Pflege und Wartung werden durch praktische Übungen an der Nähmaschine begleitet. Am Ende des Tages können Sie alle gebräuchlichen Nähmaschinen bedienen. Geeignet für absolute Näh-Anfänger, die eventuell eine Maschine kaufen möchten oder schon eine haben, die aber leider ein Buch mit 7 Siegeln ist. Bitte mitbringen: Nähutensilien (Garn, Schere etc.), Stoff oder Stoffreste für Probearbeiten, evtl. eigene Nähmaschine (Anleitung nicht vergessen).
Kursempfehlung im Anschluss:
Erfolgserlebnis für Nähanfänger

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76070
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76072
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Grundtechniken
für Anfänger/innen

In diesem Kurs werden Nähgrundlagen aus dem Schneiderhandwerk „Schritt für Schritt" erlernt. Themeninhalte werden sein: Der richtige Umgang und Pflege der Nähmaschine, Werkzeuge und Hilfsmittel, ein Mustertuch mit den unterschiedlichsten Nähtechniken wie z. B. Säume, Belege, Abnäher, Bündchen und vieles mehr wird angefertigt, der Umgang mit Schnittmustern, richtig Maßnehmen und abstecken, erste Änderungsarbeiten z. B. eine Hose kürzen.
Wer mit der eigenen Nähmaschine nähen möchte, kann diese gerne mitbringen. Die Grundausstattung zum Schneidern wird Ihnen am 1. Kurstermin gezeigt und erklärt.
Im Entgelt sind Kosten für die Kursunterlagen enthalten. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76080
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Samstag, ab 07.02.15
9.30-15.15 Uhr, 28 UStd.
99,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76082
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Samstag, ab 09.05.15
9.30-15.15 Uhr, 28 UStd.
99,50 Euro

Grundtechniken für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs erlernen die AnfängerInnen die Nähgrundlagen aus dem Schneiderhandwerk „Schritt für Schritt", die Fortgeschrittenen vertiefen ihre Nähgrundlagen. Themeninhalte werden sein: Der richtige Umgang und Pflege der Nähmaschine, Werkzeuge und Hilfsmittel, ein Mustertuch mit den unterschiedlichsten Nähtechniken und vieles mehr. Wer mit der eigenen Nähmaschine nähen möchte, kann diese gerne mitbringen. Die Grundausstattung zum Schneidern wird Ihnen am 1. Kurstermin (90 Minuten) gezeigt und erklärt. Im Entgelt sind Kosten für Kursunterlagen enthalten.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76090
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Montag, ab 26.01.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76091
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76092
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Donnerstag, ab 12.03.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76093
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Montag, ab 16.03.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76094
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Donnerstag, ab 07.05.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76095
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Montag, ab 11.05.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76096
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Freitag, ab 30.01.15
9.00-12.15 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76097
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Freitag, ab 13.03.15
9.00-12.15 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76098
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Freitag, ab 22.05.15
9.00-12.15 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Nähen für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Die Dozentinnen beraten Sie beim Stoffkauf, Zuschneiden und Nähen, Schnittabänderungen und geben die nötige Hilfestellung, damit aus dem Modell Ihrer Träume auch ein reales „Traummodell" wird. Anfänger/innen erlernen die Grundtechniken des Nähens, Fortgeschrittene verbessern Ihre Nähfertigkeiten. Verschiedene Schnittmuster stehen zur Verfügung. Am 1. Kurstermin (90 Minuten) werden alle Fragen zu Stoffkauf, Schnittmustern und Nähmaterialien besprochen. Der Umgang mit der Nähmaschine sollte vertraut sein. Bitte mitbringen: Maßband, Schreibzeug, Papier und wenn vorhanden: Stoffe, Schnitte und Zubehör.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76100
Friederike Moog
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
16.00-18.15 Uhr, 23 UStd.
80,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76102
Friederike Moog
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 21.04.15
16.00-18.15 Uhr, 23 UStd.
80,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76104
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Mittwoch, ab 04.02.15
15.00-18.15 Uhr, 22 UStd.
77,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76106
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Mittwoch, ab 15.04.15
15.00-18.15 Uhr, 22 UStd.
77,00 Euro

Veranstaltung 151-76108
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 13.01.15
18.30-21.45 Uhr, 30 UStd.
84,00 Euro

Veranstaltung 151-76110
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 14.01.15
18.30-21.45 Uhr, 30 UStd.
84,00 Euro

Veranstaltung 151-76112
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 28.04.15
18.30-21.45 Uhr, 30 UStd.
84,00 Euro

Veranstaltung 151-76114
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 29.04.15
18.30-21.45 Uhr, 30 UStd.
84,00 Euro

Kleingruppe, keine Vorbesprechung
Veranstaltung 151-76116
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.30-21.45 Uhr, 24 UStd.
84,00 Euro

Kleingruppe, keine Vorbesprechung
Veranstaltung 151-76118
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Donnerstag, ab 12.03.15
18.30-21.45 Uhr, 24 UStd.
84,00 Euro

Kleingruppe, keine Vorbesprechung
Veranstaltung 151-76120
Britta Sänger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Donnerstag, ab 07.05.15
18.30-21.45 Uhr, 24 UStd.
84,00 Euro

Erfolgserlebnis für Nähanfänger

Herzlich willkommen liebe Nähanfänger! Auch wer nach dem „Führerschein mit der Nähmaschine" sofort loslegen möchte, ist in diesem Kurs gut aufgehoben. In vier Unterrichtsstunden nähen wir eine Kleinigkeit mit großem Erfolgserlebnis. Schnitte stehen zur Verfügung, Stoffe und alle Nähzutaten müssen mitgebracht werden. Die Zeit reicht für Kissen, Mützen, Armstulpen oder auch Einkaufstaschen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76150
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15,
12.45-16.00 Uhr, 4 UStd.
14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76152
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15,
12.45-16.00 Uhr, 4 UStd., 14,00 Euro

Filzen

Filzen gehört zu den ältesten und vielseitigsten textilen Handwerkskünsten. Von zarten, hauchfeinen Geweben bis zu robusten, festen Strukturen, vom Schmuckzubehör über Wohnaccessoires bis zu Schals und Taschen ist grundsätzlich alles möglich.
In der breiten Farbpalette der Wolle/Wollsorten findet jeder etwas nach seinem Geschmack. Das sinnliche Erlebnis der Herstellung eines Filzstückes mit Wasser, Seife und eigener Handarbeit hat etwas Meditatives und Erholsames. Mit dem Filzen wunderbar verbinden lassen sich auch andere Handwerkskünste wie z. B. Stricken oder Häkeln und das Einbinden anderer Naturmaterialien wie Leinen und Seide. Im Anfängerkurs erfahren Sie zunächst Einiges über die Theorie des Filzens, die man für das Gelingen eines Produktes wissen sollte. Lassen Sie sich ein auf ein faszinierendes Material mit Suchtfaktor und nehmen Sie am Schluss Ihre ersten Unikate mit nach Hause.

Filzen für Anfänger/innen
Schmuckzubehör

Lernen Sie die vielseitige Welt des Filzens kennen! Wir wagen uns an kleine, aber feine Objekte wie Schmuckzubehör, z. B. Blüten mit und ohne Stiel, Kugeln, Anhänger, Ringe usw. Die Materialkosten sind im Entgelt bereits enthalten. Bitte mitbringen: 3 Handtücher, Schere, Plastiktüte, alte Gardinen(-reste), Kernseife und Arbeitskleidung.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76200
Carola Heuser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Filzen für Fortgeschrittene
Dreidimensionale Objekte

Wir beschäftigen uns mit dreidimensionalen Objekten und filzen farbenfrohe Vasen, hauchfeine Windlichter oder modische Handytaschen. Die Materialkosten sind im Entgelt bereits enthalten. Bitte mitbringen: 3 Handtücher, Schere, Plastiktüte, alte Gardinen(-reste), Kernseife, Arbeitskleidung, 1 Einmachglas ohne Deckel, 2 Gläser oder Vasen (auch Sauerkirschen- oder Gurkengläser möglich).

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76202
Carola Heuser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Nunofilz

Fortgeschrittene filzen mit Hilfe der Dozentin hauchdünne Schals aus Seide. Die Materialkosten (inkl. Schal) sind im Entgelt bereits enthalten. Bitte mitbringen: 3 Handtücher, Schere, Plastiktüte, alte Gardinen(-reste) mind. 190 x 50 cm, Kernseife und Arbeitskleidung.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76204
Carola Heuser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 46,00 Euro

Offene Filzwerkstatt

Sie haben schon etwas Erfahrung im Filzen, möchten gerne das ein oder andere Stück anfertigen, haben aber leider keinen Platz zuhause und möchten Ihr Wohnzimmer schonen, dann sind Sie hier genau richtig! Austausch mit anderen Interessierten inbegriffen! Bitte mitbringen: 3 Handtücher, Schere, Plastiktüte, alte Gardinen(-reste), Kernseife und Arbeitskleidung. Wolle und sonstiges Arbeitsmaterial stehen Ihnen zur Verfügung. Für Fragen steht die Dozentin gerne mit Rat und Tat zur Seite. Die Materialkosten sind im Entgelt bereits enthalten.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76206
Carola Heuser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76208
Carola Heuser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76210
Carola Heuser
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Nähmaschinenführerschein
für Teens ab 12 Jahren

Wenn du noch nicht mit der Nähmaschine umgehen kannst, es aber gerne lernen möchtest, wenn du Spaß hast, etwas selber herzustellen und geduldig bist, bist du hier richtig.
Die eigene Nähmaschine (bitte mit Anleitung) kannst du gerne mitbringen. Bitte mitbringen: Schere, Stecknadeln, Nähnadeln, Maßband. Im Entgelt sind Materialkosten enthalten.
Das Entgelt ist für Teens bereits ermäßigt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76300
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-14.15 Uhr
6 UStd., 23,00 Euro

Nähen am Wochenende

In entspannter Atmosphäre nähen Sie einfache bis anspruchsvolle Stücke. Unter fachkundiger Anleitung werden Schnitte auf individuelle Proportionen verändert, komplizierte Details genäht und pfiffige Ideen umgesetzt. Wer mit ungewöhnlichen Materialien gestalterisch kreativ sein möchte, ist hier auch richtig!

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76400
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Aktuelle Mode
am Wochenende

Ein Kompaktangebot für alle, die an einem Stück ein Kleidungsstück fertig nähen möchten. Modische Schnitte verändern Sie unter fachkundiger Anleitung auf persönliche Maße und ganz nach individuellem Geschmack. Die Dozentin gibt Tipps und zeigt Ihnen Kniffe für schwierige Arbeiten wie z. B. Taschen, Ärmel und Kragen. Nähkenntnisse sollten vorhanden und der Umgang mit der Maschine vertraut sein.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76402
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 24.01.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 25.01.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76404
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76406
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76408
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 20.06.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Änderungsschneiderei

Ändern ist nicht schwer. Mit vielen Kniffs und Tricks zeigt Ihnen die Dozentin leicht verständlich, wie Sie Ihre Bekleidung oder auch Dekobedarf passgenau umarbeiten und wie aus einem langweiligen Teil etwas ganz besonderes anfertigt wird. Sparen Sie Ihr Geld für teure Änderungsschneidereien und entdecken Sie die Lust an Ihrer eigenen Kreativität. Sie werden begeistert sein, was alles in Ihnen steckt. Am 1. Kurstermin (90 Minuten) wird genau besprochen, was Sie an Material benötigen. Bringen Sie Ihre Änderungswünsche einfach schon mal mit.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76500
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 21.04.15, 18.30-20.00 Uhr
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.00 Uhr
18 UStd., 63,00 Euro

Nähen an zwei Abenden

Dieser Kurs ist für Teilnehmende gedacht, die ein Kleidungsstück zu Ende nähen oder einen Teil der Kleidung ändern möchten. Unter fachkundiger Anleitung werden die letzten Handgriffe erledigt wie z. B. Kleiderlängen festlegen, Kleidungsstücke abstecken, Knopflöcher nähen, Reißverschlüsse einnähen, Taschenpositionen festlegen und vieles mehr. Mit ein paar kleinen Handgriffen hat man anschließend ein paar neue schöne Modelle mehr im Kleiderschrank. Bitte mitbringen: Schere, Stecknadeln, Nähnadeln, Reihgarn, Schneiderkreide, Maßband, Auftrenner, Nähgarn, evtl. einen Reißverschluss und die zu verändernden Kleidungsstücke.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76502
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Dienstag, ab 10.03.15
18.30-21.45 Uhr, 8 UStd.
28,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76504
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
2 x Mittwoch, ab 11.03.15
18.30-21.45 Uhr, 8 UStd.
28,00 Euro

Patchwork
für Anfänger und „Profis"

Patchwork ist eine alte amerikanische Volkskunst, eine Kombination aus Farben, Schattierungen und Muster, umgesetzt in Stoff. Das Seminar umfasst alle Details, die für das Kunsthandwerk Patchwork wichtig sind: Stoffauswahl, Farbkombination, Stoffzuschnitt mit Schablonen und Schnellmethoden, verschiedene Näh- und Applikationstechniken bis zur Fertigstellung eines Quilts (gesteppte Decke), Kissen, Tischwäsche und vieles mehr. Die Größe und Art der Arbeit, die Auswahl der Stoffe und Farben richten sich nach den jeweiligen persönlichen Wünschen. Am 1. Termin werden Modelle und Techniken vorgestellt, damit Sie sich danach die passenden Stoffe und notwendigen Materialien besorgen können.

Veranstaltung 151-76506D
Ursula Wolf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.02.15, 17.00-17.45 Uhr
Freitag, 13.03.15, 17.00-21.45 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.00 Uhr
15 UStd., 48,00 Euro

Ein Schnitt – viele Röcke

Alle Röcke entstehen aus einem Basisschnitt, der neu abgewandelt wird. Rüschen, Falten, Applikationen, Mini oder Maxi. Sie kreieren Ihr eigenes unverwechselbares Design. Für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Samstag wird der Schnitt vorbereitet, Sonntags wird genäht. Bitte mitbringen: Maßband, Stifte, Kopierpapier, Papierschere, Stoffschere und Lineal. Für den Rock brauchen Sie den Stoff und gegebenenfalls Zutaten wie Applikationen, Reißverschluss, Knöpfe und Bundeinlage. Sie erhalten eine eigene Kopie des Grundschnittes gegen einen Kostenbeitrag von 7 Euro, der am Samstag bei der Kursleiterin zu entrichten ist.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76508
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 31.05.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Taschen selber nähen

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Es stehen Schnitte für verschiedene Taschen zur Verfügung, aber auch eigene Schnitte und Ideen sind willkommen. Bitte Stoffe und alle benötigten Nähzutaten mitbringen. Es eignen sich alle festen, nicht elastischen Stoffe.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76510
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.00 Uhr
8 UStd., 28,00 Euro

Nähen für Profis

Ein Tag für versierte Hobby-SchneiderInnen, die ihr aktuelles Näh-Projekt mit professioneller Unterstützung voran treiben möchten. Näh-Projekte aller Art sind willkommen: Jacke, Hose, Bluse usw. Bitte alle benötigten Zutaten mitbringen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76512
Anke Rettkowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.00 Uhr
8 UStd., 28,00 Euro

Aus alt mach neu: Steppdecke und Kissen aus alter Kleidung selber nähen

In diesem Kurs machen Sie aus alter Kleidung ein neues Lieblingsstück. Auch Stoffreste und andere ungenutzte Dinge aus Textil dürfen gerne mitgebracht und verwertet werden. Mitzubringen sind alte Kleidungsstücke und andere Stoffreste, sowie 2-3 Rollen Maschinengarn in passenden Farben. Zusätzliche Materialien werden im Kurs besprochen und kosten ca. 10-20 Euro.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76514
Marina Mahnke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Sonntag, ab 22.02.15
10.00-13.15 Uhr, 16 UStd.
56,00 Euro

Schnittmaße ermitteln und Fertigschnitte verändern

Sie erlernen das exakte Ausmessen der eigenen Figur. Anhand dieser Maße wird die geeignete Schnittgröße ausgesucht und der Schnitt auf die persönlichen Proportionen angepasst. Es wird erprobt, auf welche Maße man speziell achten muss und welche Schnittveränderungen notwendig sind. Somit wird aus einem Fertigschnitt ein Modell, das perfekt sitzt und passt. Nähanfänger/innen bringen einen, Geübte zwei gewünschte Schnittvorschläge mit (Heft oder Fertigschnitt), außerdem Zutaten und Stoff zum Probenähen, Stecknadeln, Seidenpapier, Bleistift, Stück Nessel, Nähnadeln und Reihgarn.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76600
Britta Erdmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 21.04.15, 18.30-21.45 Uhr
Mittwoch, 22.04.15, 18.30-21.45 Uhr
8 UStd., 28,00 Euro

Stricken

Stricken für Anfänger/innen

Dieser Kurs ist für Anfänger geeignet, die noch nie gestrickt haben. Schritt für Schritt üben wir gemeinsam den Maschenanschlag, rechte Maschen, linke Maschen, Randmaschen, Zunahmen, Abnahmen und vieles mehr. Wir klären was eine Maschenprobe ist und wofür sie gut ist. Anhand von Beispielen besprechen wir Strickanleitungen und lernen so auch verschiedene Muster kennen. Es gibt Tipps zum Thema Maß nehmen um die richtige Größe zu erhalten. Bitte mitbringen: Stricknadeln in der Größe 5 oder 6, 1-2 Wollknäule für diese Nadelstärke, Schere, Papier und Stift.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76700
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 23.01.15
16.00-18.15 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76702
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 06.03.15
16.00-18.15 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Stricken für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Wir stricken alles, was man stricken kann. Von Socken, Handschuhen, Stulpen, Mützen, Pullovern oder Jacken (auch ohne Nähte) bis hin zu Schals und sommerleichten, luftigen Lace-Tüchern oder -Stolen. Fragen und auftretende Probleme bei der Umsetzung von Anleitungen werden hier gelöst. Material (Anleitungen, Garn, Wolle und entsprechende Stricknadeln) sind mitzubringen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76704
Petra Körner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76705
Petra Körner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 05.03.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76706
Petra Körner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76707
Petra Körner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 21.05.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Stricken für Fortgeschrittene

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der Strickschrift und Strickanleitungen. Voraussetzung ist, dass Sie im Maschenanschlag und dem Stricken von rechten und linken Maschen sicher sind. Nach Strickschrift / Symbolschrift stricken wir kleine Probelappen und lernen so verschiedene Muster kennen. Wir stricken z. B. Zopfmuster, Norwegermuster und Lochmuster. Um verschiedene Strickanleitungen verstehen zu lernen und aktuelle Fragen zu klären, können Anleitungen auch gerne mitgebracht werden. Bitte mitbringen: Stricknadeln Gr. 5 / 6, 2 unterschiedliche Farben Wolle für Nadelstärke 5 / 6, Schere und eine Zopfnadel.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76710
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 23.01.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76712
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 06.03.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd.
42,00 Euro

Schals und Mützen selber stricken oder häkeln

Stricken oder häkeln - eine beliebte Freizeitbeschäftigung. In diesem Kurs steht Ihnen die Dozentin mit Rat und Tat zur Seite und zeigt Ihnen den Umgang mit Wolle und Nadeln. Dieser Kurs eignet sich auch für Anfänger. Bei der Vorbesprechung (Dienstag) werden geeignete Materialien vorgestellt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76720
Marina Mahnke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 13.01.15, 18.00-19.30 Uhr
Samstag, 17.01.15, 10.00-12.30 Uhr
Samstag, 24.01.15, 10.00-12.30 Uhr
Samstag, 31.01.15, 10.00-12.30 Uhr
Samstag, 07.02.15, 10.00-12.30 Uhr
14 UStd., 49,00 Euro

Pädagogik und Psychologie

Fachgruppenleitung:
Mona Möhring
(0231) 50-2 46 08
mmoehring@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Martina Leveque
(0231) 50-2 48 92
mleveque@stadtdo.de

Persönlichkeitsentwicklung / Selbsterfahrung

Der Trauer Raum geben

Der Tod des Kindes bedeutet für Eltern oft der Verlust des Lebenssinns. Ein Leidensweg, angefüllt mit Trauer, Zorn, Schuldgefühlen, Verzweiflung und tiefem Schmerz. Das Seminar wendet sich an Mütter und Väter, die mit Gleichbetroffenen ins Gespräch kommen wollen, ohne Angst haben zu müssen, in ihren Gefühlen verletzt zu werden. Im geschützten Rahmen der Gruppe können die Teilnehmer / innen der Trauer Ausdruck geben, die eigene Traueridentität entwickeln, einander verstehen, tragen und stützen auf dem Weg der Trauer, damit die Lebenskraft wieder wachsen kann.

Gesprächskreis
Veranstaltung 151-80201D
Eckhard Wedegärtner
Brackel
Haus Beckhoff, Brackeler Hellweg 142
10 x Montag, ab 12.01.15
19.15-21.30 Uhr, 30 UStd., 45,00 Euro

Gesprächskreis
Veranstaltung 151-80203D
Eckhard Wedegärtner
Brackel
Haus Beckhoff, Brackeler Hellweg 142
10 x Montag, ab 13.04.15
19.15-21.30 Uhr, 30 UStd., 45,00 Euro

Schreiben für die Seele

Schreiben ist eine kreative und effektive Methode, sich selbst besser kennenzulernen. An diesem Tag lernen Sie verschiedene Methoden des kreativen Schreibens kennen und für sich nutzen. Es ist eine wunderbare Methode, die eigenen Gedanken zu sortieren und Klarheit für sich zu schaffen. In diesem Kurs geht es in erster Linie um Schreiben als Selbsterkenntnis.

- Lernen Sie, wie Sie Problemsituationen durch Schreiben lösen können.
- Wie Sie sich selbst besser kennen lernen können.
- Wie Sie für sich neue Ziele und Wege „beschreiben" können.

Bitte mitbringen: Papier, Bleistift, Buntstifte, dicke Socken, Decke und Kissen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-80205D
Stefanie Daiber
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 31.01.15, 10.00-16.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Auf andere Gedanken kommen – Gedankenkreise verändern

Gute Kommunikation hat sehr viel mit unserer Gesundheit und Zufriedenheit zu tun. Die innere Kommunikation mit uns selbst ist ein Indikator für unser aktuelles Befinden. Wiederkehrende Gedankenkreise, die nicht in Lösungen einmünden, sondern die Probleme stets aufs Neue beleben, können die betroffene Person stark belasten. Im Seminar wird aufgezeigt, wie solche Gedankenkreise entstehen und wie sie durchbrochen werden können. Eine erweiterte Sicht der Situation wird erfahrbar. Neue Möglichkeiten eröffnen sich, und Bewältigungskompetenzen können damit erweitert werden. Kurzvorträge, praktische Übungen und die Arbeit in Kleingruppen unterstützen das Erlernen positiverer Denkstrukturen.

Veranstaltung 151-80207D
Christa Zaremba-Rüdiger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 40,00 Euro

Trau Dich Frau – Aufrecht durch´s Leben gehen

Wie wäre es, einmal aus dem Alltag auszusteigen und etwas Neues auszuprobieren?
In diesem Kurs gibt es die Gelegenheit, mit Hilfe der Fantasie in eine neue Rolle zu schlüpfen!
Im Rahmen von Fantasiereisen, Rollenspielen und Gesprächen kann jede Frau für sich erproben, wie es ist, Königin in ihrem eigenen Reich zu sein. Wie fühlt es sich an, Königin zu sein? Welche Macht ist damit verbunden? Welche Rechte ergeben sich daraus? Folgende Themen werden behandelt:

- Erkennen Sie Ihren Wert!
- Machen Sie sich Ihre Stärken bewusst und wählen Sie Ihr eigenes Selbstbild!
- Sagen Sie, was Sie wollen - aber deutlich!
- Definieren Sie Ihren Machtbereich und setzen Sie Ihre Grenzen!
- Nehmen Sie sich selbst wichtig, stehen Sie für sich selbst ein!

Bitte bequeme Kleidung, eventuell eine Decke, Socken, eine Isomatte und ein kleines Kissen mitbringen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-80209D
Christel Hauske
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Entrümpeln: Endlich wieder frei!

Sie wollen entrümpeln, aufräumen, Ordnung schaffen? Doch es klappt nicht, zumindest nicht so wie Sie es sich wünschen? Stattdessen sammelt sich immer mehr und neues Gerümpel an? Es fehlt an Zeit und Lust? Und es gibt immer wichtigere Dinge zu tun? Die Dozentin Sigrid Brandt stellt auf unterhaltsame und tiefgründige Art und Weise den Zusammenhang zwischen dem Gerümpel und der seelischen Befindlichkeit dar.
An diesem Infoabend sollen erfolgversprechende Entrümpelungsmethoden und eine praktische Anleitung zum systematischen „Aufräumen" vorgestellt und die Struktur konkret eingeübt werden.
Mögliche Hinderungsgründe werden erarbeitet und Motivationshilfen gegeben, um möglichst effektiv und mit Spaß die eigene freie Zeit zu nutzen.

Veranstaltung 151-80211D
Sigrid Brandt
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 01.03.15, 12.00-15.00 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

Weniger ist mehr

Bereicherung durch Aufräumen und loslassen von Dingen, wie Sie durch Ballst abgeben mehr innere Zufriedenheit erlangen.
Heutzutage besitzt der Mensch im Durchschnitt 10.000 Dinge - wie entwickelt man ein Gespür dafür, wie viel Gegenstände einem wirklich gut tun? An welchen Stellen entsteht das Gefühl von Reizüberflutung oder die Wahrnehmung, dass diese Gegenstände gar nicht mehr zu einem passen. Sie lernen in dem Seminar Methoden kennen, um Ihre Intuition zu Schulen und dadurch zu er spüren, was Ihnen Heutzutage wirklich wichtig ist.
Durch entrümpeln entsteht Klarheit in Ihrem Leben und neuer Raum. Sie können bewusst was Altes abschließen, um mit was Neuen zu beginnen.

Veranstaltung 151-80213D
Tanja Flockenhaus
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 10.00-16.00 Uhr
7 UStd., 29,50 Euro

Bitte einmal auftanken plus...: Powerstream per Intensivcoaching!

Stellen Sie sich vor, Sie könnten an einem Urlaubstag nicht nur kurzfristig Kraft schöpfen, sondern sich zudem noch nachhaltig und konstruktiv Ihren wahren Wünschen widmen.
Gönnen Sie sich eine bewusste Auszeit mit wechselnden Phasen für Ausruhen/Verarbeiten und effektivem Coaching im intensiven Reinformat.
Entdecken Sie die enorme Schubkraft der Energie von Loslassen und Aufräumen. Kombinieren Sie entspannendes „Nichts tun" mit Ideenkreativität. Nehmen Sie Motivation und persönliches Lösungspotential mit nach Hause.
Die Sozialwissenschaftlerin und Psychologin führt Sie mit Achtsamkeit, Respekt und integralem Know-how durch ein Konzept aus „Systemen für Verstehen und Gestalten". Transparent und bodenständig. Dies in kurzer Zeit. Seminarmaterial inklusive Skript sind bei der Dozentin zu erwerben.

Veranstaltung 151-80217D
Liane Chris Strauß
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 11.00-15.30 Uhr
6 UStd., 30,00 Euro

Workshop „Lebenstraum"

Wagen Sie, etwas Großes anzugehen – Think big! Setz Deinen Lebenstraum jetzt durch! Sofort!
Sofort, das heißt ab der ersten Minute geht´s los mit der Formulierung Deiner Visionen.
Am Mittag werden alle mittels „Blitzlicht" ihren Träumen Gestalt geben und persönliche. Ziele festlegen:
Notieren Sie im Seminar erste Schritte! Wenn Sie am Seminarschluss in kreativer Aufbruchstimmung sind, hat sich ihr Midlife-Powerprozess in Gang gesetzt.

Veranstaltung 151-80219D
Günter Link
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 10.00-16.45 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Die inneren Fesseln sprengen
Symbolarbeit nach Phyllis Krystal

Die Phyllis Krystal Methode, eine über Jahrzehnte entwickelte Imaginationsmethode, bietet geeignete Symbole und Visualisierungstechniken, um den Kontakt zur eigenen Identität wieder herzustellen, zu pflegen und einengende Verhaltensmuster aufzulösen.
Durch die einfachen und wirksamen Übungen kann der Zugang zu den eigenen inneren Kräften besser genutzt werden.
An diesem Abend wird der Hintergrund der Methode vorgestellt und eine Übung zum Kennenlernen und für die selbständige Praxis angeleitet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Vortrag
Veranstaltung 151-80221
Hildegard Klingberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.02.15, 20.00-21.30 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

„Ich habe vor nichts Angst!"...

Über existentielle Aspekte eines starken Gefühls

Die Angst ist die stärkste Emotion, die sich immer wieder im Laufe des Lebens in uns zu Wort meldet und mit der wir immer wieder konfrontiert werden. Sie begleitet uns von der Geburt bis zum Tode, doch sie ist weit mehr als nur eine psychische Störung oder eine Krankheit. Sie ist für den Menschen und sein Leben von existentieller Bedeutung.
Der Vortrag befasst sich mit den „guten" Aspekten der Angst und versucht Möglichkeiten des Umgangs und der Bewältigung aufzuzeigen. Dabei werden therapeutisch relevante Inhalte wie immer auch aus der klassischen Literatur und aus den Märchen gewonnen.

Vortrag
Veranstaltung 151-80223
Martin Duda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 22.04.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Die Kunst authentisch zu sein

Die Frage der Identität und Authentizität ist eine der zentralsten Fragen, mit denen wir im Leben konfrontiert werden. „Wer bin ich?", „Wie finde ich zu mir selbst?" und „Wie kann ich echt und authentisch sein?" sind solch typische Formulierungen.
Wenn wir nur das Eigene leben wollen und uns abgrenzen, geraten wir in die Gefahr von Vereinsamung und Isolation. Wenn wir dagegen zu sehr mit der Welt verschmelzen und nur von den anderen aufnehmen, verlieren wir uns selbst und unsere Identität.
Wertvolle und psychologisch relevante Hinweise und Wegweiser auf dem Wege der Selbstfindung finden sich auch in der Weltliteratur, wie der Referent exemplarisch nachweist.

Vortrag
Veranstaltung 151-80225
Martin Duda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.03.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Kraftquellen aktivieren in belastenden Zeiten

Manchmal geht es uns einfach nicht gut und unser Gedankenkarussell über uns selbst, kann dazu führen, dass wir uns noch schlechter fühlen. Hier kann ein kräftezehrender Kreislauf beginnen, der am Selbstwertgefühl nagt.
In diesem Kurzseminar erfahren Sie aus heilpraktischer Sicht die Sprache der Seele zu verstehen, die sich auch über den Körper ausdrückt, wie der bekannte Spruch „Mir ist eine Laus über die Leber gelaufen". Sie kreieren, spüren und genießen (neue) Wege mittels verschiedener Übungen und psychologischer Formate, um wieder den Zugang zu Ihren Kraftquellen und zu Ihrem Wohlbefinden zu aktivieren.
Am Ende des Seminars verfügen Sie über einen „bunten Blumenstrauß" an Ideen, die sich gut im Alltag umsetzen lassen.
Bitte eine Decke (evtl. Kissen) sowie warme, bequeme Kleidung tragen bzw. mitbringen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-80227D
Isolde Müller/Tina Köster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-15.00 Uhr
7 UStd., 31,50 Euro

Das Enneagramm
Seminar für Anfänger/innen

Das Enneagramm ist eine psychologische, nicht wertende Typen- oder Charakterlehre, die neun Persönlichkeitsmuster beschreibt, die sich im Denken, Fühlen und Handeln grundsätzlich unterscheiden, jeweils geprägt von einer spezifischen Selbstwahrnehmung und Leidenschaft, die sich insbesondere in Stresssituationen zeigt. Wie jedes Modell macht auch das Enneagramm auf bestimmte Phänomene aufmerksam, fasst zusammen, ordnet und gibt einen Überblick, unter Berücksichtigung der Einzigartigkeit und Originalität jedes Menschen.
Als Instrument, sich selbst und andere besser verstehen zu lernen, findet es zunehmend Anwendung bei Psychologen, Theologen, Personalentwicklern und Führungskräften.
Ziel ist es, die Methodik vorzustellen und exemplarisch anzuwenden.

Veranstaltung 151-80229D
Julia Wendzinski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.02.15, 17.15-21.30 Uhr
Samstag, 28.02.15, 9.15-16.30 Uhr
14 UStd., 63,00 Euro

Das Enneagramm
Fortsetzungsseminar

Das Seminar bietet zunächst eine kurze Wiederholung der 9 Typen und der Themen der Einführungsveranstaltung und beschäftigt sich intensiv mit den Entwicklungsmöglichkeiten jedes Typs.

- Des Weiteren stehen Fragen wie folgende im Mittelpunkt:
- Wo liegen die Trost- und Stress punkte der 9 Typen und wo liegen sie bei mir selbst?
- Was ist meine Grundmotivation, was treibt mich tagtäglich an?

Außerdem setzen wir uns mit den drei Subtypen (unterschiedliches Verhalten in sozialen Situationen) jedes Enneagramm-Musters auseinander und diskutieren, ob und wie man mit dem Enneagramm weiterarbeiten kann?

Veranstaltung 151-80231D
Julia Wendzinski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 12.06.15, 17.15-21.30 Uhr
Samstag, 13.06.15, 9.15-16.30 Uhr
14 UStd., 63,00 Euro

Träume als Wegweiser

Wie können Träume die Stressbewältigung unterstützen?

Träume sind fester Bestandteil unseres Schlafes, der das A und O für die alltägliche Erholung ist. Er ist von Natur aus auch die „beste Medizin", um außergewöhnliche Belastungen und Stresssituationen zu verarbeiten. Unsere Seele weiß oft mehr über uns als wir Selbst. Ein achtsamer Umgang mit Träumen ist nach C.G. Jung ein Schlüssel dazu, dieses Wissen ins Bewusstsein zu bringen. Es kann zudem ein Weg zu persönlichem Wachstum werden.
Dieses Seminar vermittelt einen ersten theoretischen aber auch praktischen Einblick, wie wir die Heilkräfte der Träume entschlüsseln können, um neue Wege zur Stressbewältigung zu beschreiten.
Mitzubringen sind: Wer möchte, einen persönlichen Traum, von dem Sie annehmen, dass er einen Stressfaktor, aber auch eine Kraftquelle enthält, sowie bequeme Kleidung und Schreibmaterial.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-80233D
Marlies Grasmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 27.06.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Alles, was man in der Welt erlebt, ist man selbst!

Jeder Mensch hat Anteile in sich, die er nicht mag, nicht sehen will oder kann. Alles, was uns an anderen Menschen stört oder fasziniert, alle Projektionen, Schuldzuweisungen, jegliche Abschiebung von Verantwortung, weisen auf eigene, nicht gesehene Anteile hin.
Diese Anteile kann man sich bewusst machen um sich weiter zu entwickeln. So können Sie in diesem Vortrag zum Beispiel erfahren, warum Sie auch den Menschen, die Sie nicht leiden können, dankbar sein dürfen.

Veranstaltung 151-80235
Renate Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Die Welt unser Spiegel

Jeder Mensch schafft sich seine ganz persönliche Welt und schafft sie sich jeden Tag aufs Neue.
In Ihrer Umgebung und in Ihrem Leben findet nur das statt, was Sie in Ihrem Energiefeld mit sich herumtragen.
Wie ist Ihre Wohnung gestaltet, mit welchen Menschen umgeben Sie sich, was spiegelt Ihnen Ihr/e Partner/in, Chef oder die Kinder?
Warum ist es so, dass ich meinem ärgsten Feind dankbar sein darf?
In diesem Workshop geht es darum, wie und warum Sie sich im Anderen erkennen und daraus lernen können. So können Sie sich weiterentwickeln und Ihr Leben wieder kraftvoll gestalten.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-80237D
Renate Schneider
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 22.02.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Sind wir Sklaven unserer Gefühle? – Oder lassen sie sich beherrschen?

„Mit dem Kopf krieg´ ich das klar, aber meine Gefühle kommen da nicht mit." Alte Gewohnheiten lassen sich oft nicht so einfach abschütteln. Nur mittels gezielter Auseinandersetzung mit den Gefühlen ist es möglich, diese beherrschbarer zu machen.
Dieser Vortrag behandelt Strategien, wie man derartige emotionale Turbulenzen beherrschen und im Dschungel der Gefühle klaren Kopf behalten kann.

Vortrag
Veranstaltung 151-80239
Regina Fehring
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 28.01.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 7,00 Euro

Anmeldung erforderlich

Dem „Bauchgefühl" vertrauen

Unser Bauchgefühl ist das wichtigste „Instrument" unseres Körpers, um gute, gesunde und kluge Entscheidungen zu treffen und glücklich das eigene Leben gestalten zu können.
An diesem Infoabend erfahren Sie eine kurze, theoretische Einführung über die Bedeutung und die positiven Auswirkungen eines stimmigen Bauchgefühls. Alte Verhaltensmuster und Hinderungsgründe werden aufgezeigt sowie neue, gesunde Abwehrmechanismen gegen negative Einflüsse von außen erarbeitet.
Durch die Vorstellung diverser, effektiver Methoden und Techniken, Gefühlsrad etc. sowie einfache Wahrnehmungs- und Sensibilisierungsübungen sollen zudem erste Schritte zu gesunden Gefühlen - die in uns allen stecken - auf praktische, humorvolle und spannende Weise eingeübt und umgesetzt werden.

Veranstaltung 151-80241
Sigrid Brandt
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 9,00 Euro

Familienglück durch das Innere Kind

In dieser interaktiven Veranstaltung weckt Dipl.-Sozialarbeiterin, Erzieherin und Systemische Familienberaterin Sigrid Brandt – auf unterhaltsame und tiefgründige Art und Weise – Ihre Neugierde auf Ihr „Inneres Kind", auf den kleinen, empfindsamen, – noch – unbekannten „Störenfried" und stellt die große Bedeutung für die Familie dar.
Ziel ist es, eigene, alte Verhaltensmuster und Glaubenssätze zu erkennen, eigene Ressourcen zu entdecken und neue pädagogische Kreativität zu entwickeln, um im Erziehungsalltag souverän reagieren und handeln zu können.

Veranstaltung 151-80243
Sigrid Brandt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 12.06.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 9,00 Euro

Psychosynthese – Was ist das?

Die Psychosynthese ist eine Psychologie für den Menschen, der wachsen will. Sie wurde vom italienschen Psychologen Roberto Assagioli entwickelt als Psychologie für den gesunden Menschen, als Lebensphilosophie und als Therapie. Sie basiert auf den Grundlage Siegmund Freuds und C.G. Jungs und ist eine transpersonale Psychologie.
Es gilt, den dialogischen Menschen zu wecken, das Bewusstsein immer mehr in Kontakt zu bringen mit der Seele, mit den Signalen und Botschaften von innen. Denn die Seele spricht zu uns durch Gefühle, Körperströme, Phantasien, innere Bilder, Träume, spontane Einfälle oder Assoziationen und gibt uns so eine Führung von innen heraus, wenn wir Zugang zu ihr haben. Der Vortrag gibt einen ersten Einblick in diese Methode, die das Ziel hat, das eigene Ich zu stärken.

Veranstaltung 151-80245
Andrea Budde
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.02.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

21-Tage-Kurs: Erreichbare Ziele statt guter Vorsätze

Ein neues Jahr beginnt und damit beginnt auch die Zeit der guten Vorsätze. Haben Sie sich auch schon einmal vorgenommen, mit dem Rauchen aufzuhören oder endlich wieder Sport zu treiben - um ein paar Wochen oder Monate später festzustellen, dass es wieder einmal bei dem Vorsatz geblieben ist?
Wie werden aus guten Vorsätzen erreichbare Ziele? Wie können Sie die inneren und äußeren Bedingungen schaffen, um diese wirklich erfolgreich und dauerhaft umzusetzen? Und was wollen Sie eigentlich wirklich?
Wir laden Sie ein, sich in diesem 21-Tage-Kurs an vier aufeinanderfolgenden Dienstag Abenden mit diesem Thema ergebnisorientiert zu beschäftigen.
Dem 21-Tage-Rhythmus begegnen wir in den Neurowissenschaften ebenso wie in alten Traditionen. Danach ist das ein Zeitraum, in dem neue Denk- und Verhaltensgewohnheiten entwickelt und integriert werden können. Durch kurze theoretische Inputs, effektive Übungen, „21-Tage- Hausaufgaben" und den Austausch untereinander erfahren Sie, wie Sie erfolgreich Ziele formulieren und erreichen. Konkrete Erkenntnisse und Veränderungsprozesse werden eingeleitet und manifestiert.

Veranstaltung 151-80247D
Petra Katzenberger/Carola Baxmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Dienstag, ab 20.01.15
18.00-21.00 Uhr, 16 UStd.
160,00 Euro

Glücksbringer! – Strategien für ein erfülltes Leben

Auf humorvolle Weise diskutieren wir Wege zu mehr Gelassenheit im Alltag. Im Spiegel unterhaltsamer Anekdoten und Video-Spots aus Kaffeehaus und Wissenschaft überlisten wir die Unberechenbarkeit des Lebens. Wir erkennen die Tretmühlen des Alltags und entdecken den „spirituellen Optimismus": Nur eine veränderte Einstellung und das Verlassen nicht funktionierender Lösungswege helfen vom „Haben zum Sein" (E. Fromm) zu gelangen. Dazu ist es nötig, Ängste zu überwinden und Alternativen zu anzudenken. Der Dozent ist Sachbuchautor (u.a. „Geld oder Leben?" und „Wie dein Leben gelingt!").

Veranstaltung 151-80249D
Dr. Torsten Reters
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 22.02.15, 11.30-17.00 Uhr
7 UStd., 31,50 Euro

„Warum Vegetarier keine Currywurst essen!"

Über das geheimnisvolle 1 x 1 der Lebenskunst

Vielleicht hast du dich auch schon einmal gefragt, wie man in schwierigen Situationen richtig entscheidet, um nicht ins Unglück zu stürzen? Humorvolle und zugleich tiefsinnige Antworten bietet die Veranstaltung: Ein falscher Umgang mit Geld, Arbeit, Liebe und Zeit verhindert, dass wir mit mehr Gelassenheit und Muße durchs Leben gehen. Auf den Spuren von weisen „Meistern des Daseins" von Buddha bis Loriot betreten wir Wege zu einem besseren Umgang mit unserem Leben und seinen Schwierigkeiten. Am Ende entdecken wir Pfade zu mehr Müßiggang und zu einer optimistischen Spiritualität, die unser Lebensgefühl spürbar verbessert.

Vortrag
Veranstaltung 151-80251
Dr. Torsten Reters
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Kommunikation und Konfliktlösung

Nein-Sagen und Grenzen setzen mit Selbstbewusstsein!

Mit Selbstsicherheit und Selbstbehauptung können Sie es schaffen:
- Ihre Ziele durchzusetzen
- sich gegen manipulative Kritik und vor Beeinflussung zu schützen
- sich von Schuldgefühlen bzw. schlechtem Gewissen zulösen
- Ihren eigenen Standpunkt zu bewahren
- selbst konkrete Entscheidungen zu treffen
- bewusster zu erfahren, was Ihnen gut tut und was nicht, und dadurch selbstbewusst und stark zu werden

Lernen Sie praxisnah, wie Sie Ihre Willensstärke entwickeln, Ihre Selbstsicherheit und Selbstbehauptung stärken können, um den privaten und beruflichen Alltag besser zu meistern. Spezielle Dialogmethoden vereinfachen die Herangehensweise.

Veranstaltung 151-80305D
Liane Chris Strauß
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 15.03.15, 9.30-16.00 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Mit Sprache zaubern

Eigentlich müßte ich mal... Man sollte vielleicht... Ich könnte..., aber... Ich sollte... Wenn Du eventuell so nett wärest...
Die Sprache ist ein wunderbares Werkzeug, denn mit ihr kann ich mich authentisch in Anwesenheit bringen – oder eben auch nicht, indem ich mich unbewußt hinter Abschwächungen oder Allgemeinplätzen verstecke.
In diesem Workshop werden wir lebendig mit Methoden der Psychosynthese mit Sprache spielen und entdecken, wie ich Worte sinnvoll einsetzten und mit Sprache meine Präsenz steigern kann.

Veranstaltung 151-80307D
Andrea Budde
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15, 11.00-16.15 Uhr
7 UStd., 32,00 Euro

Selbstsicherheit durch Kommunikationstraining und Stressabbau

Ruhig reden statt panisch plappern
Ob eine Unterredung mit dem Chef in 10 Minuten, eine kurzfristig erforderliche kleine Präsentation vor Publikum, eine notwendige Auseinandersetzung im Freundeskreis oder der fiese Spruch von Schwiegermuttern – es gibt viele Situationen, in denen eine souveräne und harmonische Kommunikation schwer fällt. Im Seminar lernen Sie, wie Sie durch Tiefenentspannung Blockaden beseitigen und via Stressabbau wieder auf alle Möglichkeiten Ihres Selbstausdrucks zugreifen können.
Im Kommunikationstraining-Teil werden Kommunikationsgrundlagen und persönliche Wirkungsmittel, Hemmungen und ihre Überwindung sowie Sach- und Beziehungsebene in der Kommunikation behandelt Das Seminar umfasst sowohl Gruppenarbeit und Rollenspiele, als auch die theoretische Vertiefung der Themen. (Material für selbständige Weiterarbeit wird durch 3.- Euro im Entgelt abgedeckt).

Veranstaltung 151-80309D
Dr. Helmut Brünger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
9 UStd., 45,00 Euro

Gedanken lesen – (k)eine Zauberei, Körpersprache und Mikrosignale

Wer möchte das nicht: Beim Gegenüber hinter die „Fassade" schauen, um treffsicher Wahrheit von Lüge unterscheiden zu können?
Und in der Tat lässt sich die menschliche Wahrnehmung auf das Subtilste sensibilisieren.
Machen Sie sich Know-How zunutze aus Gehirnwissenschaft, Linguistik bzw. Metasprache, Sozial- und Verhaltenspsychologie.
Sie werden anschließend sensibler differenzieren können zwischen nonverbalen bzw. verbalen Zugangshinweisen und feinen Blitzlicht-Signalen (kleinste physiologische Erscheinungen), welche auch von guten „Schauspielern" oder „Lügnern" schlecht kontrolliert werden können und daher sehr aufschlussreich sind.
Freuen Sie sich auf ein unterhaltsam detektivisches Seminar, auf höchst effektive Praxisübungen mit viel Potential für Aha-Erlebnisse.

Veranstaltung 151-80311D
Liane Chris Strauß
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Single oder Partnerschaft?

Neues Jahr – neuer Partner? Vielleicht!
Vielleicht aber auch eine grundlegend andere, neue Beziehung mit dem alten Partner?
Und doch sind viele Versuche zum Scheitern verurteilt.
Die Single-Börsen florieren, Einzel-Paar- und Krisenberatungsstellen können die Anfragen kaum mehr bewältigen und haben lange Wartelisten.
Dieser Kurs soll nun mit Lust und Laune einen ersten Einblick in ein erfülltes Leben und Lieben geben, ob allein, zu zweit oder wie auch immer. Dabei werden „gute Gründe" für das Single-Dasein ebenso beleuchtet wie der Verbleib in einer unbefriedigenden Beziehung.
Alte Lebens- und Liebesmuster sowie unbewusste Glaubens- Denk- und Verhaltensstrukturen sollen betrachtet, überprüft und ggf. entrümpelt werden.

Veranstaltung 151-80313D
Sigrid Brandt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 08.02.15, 12.00-15.00 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

Ein Single kommt selten allein!

Informative Gespräche, neue Kontakte und hilfreiche Tipps für das Single-Leben
Hier können Sie nette Menschen kennen lernen und sich mit ihnen über die Erfahrungen des Single-Leben austauschen: Mit Hilfe humorvoller Video-Spots (u.a. Anke Engelke, Loriot, von Hirschhausen) und Tipps aus der populärwissenschaftlichen Literatur reden wir über folgende Themen zur Verbesserung unseres Single-Daseins:
1. Singles zwischen Lust und Frust,
2. Flirt, Kontakt und Zweisamkeit
3. Wege aus der Krise
4. Wohlsein und Glück.

Der Dozent ist Soziologe und Sachbuchautor (z.B. „Wie unser Leben gelingt!"). Dass der Spaß dabei nicht zu kurz kommt, versteht sich von selbst.

Veranstaltung 151-80315D
Dr. Torsten Reters
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 26.04.15, 11.30-17.00 Uhr
7 UStd., 31,50 Euro

Wie man es mühelos schafft, sich das Leben nicht schwerer zu machen als nötig!

Wie wir uns am besten selber schaden können, zeigt der Psychotherapeut Paul Watzlawick mit seinen satirischen Bestsellern. In Büchern wie „Anleitung zum Unglücklichsein!" und „Vom Sinn des Unsinns" erklärt er uns mit Ironie und Spott, wie wir uns mühelos ins seelische Unglück stürzen und die Beziehungen zu unseren Mitmenschen vergiften können. Die Tücken der Kommunikation, nicht funktionierenden Lösungen und ein verzerrter Blick auf uns und unsere Mitmenschen sorgen für Frustrationen. Heitere Video-Spots (z.B."Mr. Bean") und amüsante Watzlawick-Zitate zeigen Wege zur Verbesserung unseres Miteinanders auf.

Vortrag
Veranstaltung 151-80317
Dr. Torsten Reters
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 12.05.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Heiter, gelassen, leicht: Wie Ihr Clown Sie begeistert und befreit!

Lernen Sie die unbändige Neugier Ihres inneren Clowns kennen, sein großartiges Staunen, seine unerschöpfliche Kreativität und Fantasie, seine offenherzige Art und Wertschätzung, seine einfühlsame Kontaktaufnahme. Ob Sie ein Gefühl, Gedanke oder inneres Bild positiv oder negativ empfinden: Ihr Clown zaubert aus allem etwas Wunderbares und hat dabei den größten Spaß. Selbst Tolpatschigkeit, Unzulänglichkeit oder Scheitern ist für ihn kein Problem: er meistert das Leben, indem er damit spielt! Spielen Sie mit!
Dieses Seminar wendet sich an alle, die ihr Leben durch eine Prise Humor bereichern wollen oder sich eine humorvollere Kommunikation in pädagogischen, therapeutischen, medizinischen u.a. Berufsfeldern wünschen.
Bitte bequeme Bewegungskleidung und Stoppersocken tragen.
Vorkenntnisse nicht erforderlich!

Veranstaltung 151-80319D
Gisela von Löhneysen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 15.03.15, 9.45-16.30 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Hemmung, Unsicherheit und Angst spielerisch überwinden

Im freien experimentellen Theaterspiel (Improvisation) können Sie mit jeder Energie, jedem Gefühl, inneren Bildern und Einstellungen schöpferisch werden. Denn im Spiel ist Angst, Unsicherheit oder Hemmung willkommener Anlass für den kreativen Selbstausdruck in Stimme, Bewegung, Rhythmus, Mimik, Gestik oder Figur (Rolle). Lernen Sie mit Angst, Hemmung oder Unsicherheit zu spielen.
Erleben Sie, welche Kraft, Vitalität und Lebensfreude wach wird und welche ungewöhnlichen und unterstützenden Spielcharaktere daraus entstehen.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-80321D
Gisela von Löhneysen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15, 9.45-16.30 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Jeder auf seine ART: Wie man sich selbst und andere besser versteht

Lernen Sie in diesem Seminar auf spielerische Art und Weise das 123-Modell als eine lösungsorientierte Persönlichkeitstypologie kennen und entdecken Sie Ihre typspezifischen Kraftquellen (Ressourcen). Werden Sie sich also nicht nur Ihrer Stärken, sondern auch Ihrer Entwicklungspotentiale bewusst, indem Sie herausfinden, welche Lebensbereiche Sie bevorzugen und welche Sie eher vernachlässigen.

Nutzen Sie künftig das 123-Modell als Wegweiser im Beziehungs-Dschungel und erkennen Sie, warum Sie sich mit manchen Menschen besonders gut und mit anderen überhaupt nicht verstehen. Typgerechte, lösungsorientierte Kommunikation in Familie, Partnerschaft, Schule und Beruf kann nicht nur Türen öffnen, sondern führt ganz einfach zu mehr Verständnis und Harmonie.

Veranstaltung 151-80323D
Walter Hönig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.03.15, 18.30-21.30 Uhr 4 UStd., 14,00 Euro

ImproART: Theaterspielen macht „selbst bewußt"

Möchten Sie gerne zum Regisseur Ihres eigenen Lebens werden und selbst entscheiden, welche Rolle Sie künftig mehr und welche Sie weniger oft spielen werden? Zeigen Sie Ihrem inneren Schweinehund die Zähne und entdecken Sie Ihr wahres Selbst (was Ihnen wichtig ist) und vergleichen Sie es mit dem idealen Selbst (was man von Ihnen erwartet)

Bei improART haben Sie die Möglichkeit mit Ihren Persönlichkeitsanteilen zu spielen und sich so im Schutze einer frei erfundenen Figur, Ihrer Gedanken, Phantasien und Wünsche bewusst zu werden. Lernen Sie so starke Gefühle in den Griff zu bekommen, mit denen Sie sich bisher blockiert haben und ermöglichen Sie sich durch diese ART des Theaterspielens eine Selbsterfahrung, die im Alltag meist zu kurz kommt.

Fazit: „Und wenn du den Eindruck hast, dass das Leben ein Theater ist, dann suche dir eine Rolle aus, die dir so richtig Spaß macht." (William Shakespeare)

Veranstaltung 151-80325D
Walter Hönig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 16.04.15, 18.30-21.30 Uhr 4 UStd., 14,00 Euro

LebensART: Singen – Tanzen – Theaterspielen

Die Beatles haben einmal gesagt: „Wir können nichts, aber wir haben einen Riesenspass dabei." Erleben Sie in diesem Seminar wie gemeinsame, lockere musikalische Übungen, Körper und Seele in positive Schwingungen versetzen. Dabei ist es eine Frage des individuellen Geschmacks, welche Musikrichtung als Instrumentalversion Sie anspricht: Von einer Ballade, einem Blues-, Jazz-, Musical-, Pop- oder Rock-Song, ist alles machBAR!

Hier geht es um den spontanen Ausdruck von Gefühlen, Leidenschaft und unseren Träumen. Dazu gehört sowohl das gesprochene Wort als auch Gesang, Körpersprache und Tanz im Rhythmus der Musik. Entdecken Sie dabei, dass auch Ihre Stimme ein tolles Instrument ist. Und wenn wir keinen Songtext parat haben, dann improvisieren wir einfach…
Wer singt, wächst oft über sich hinaus und verschafft sich Gehör, weit jenseits der Reichweite seiner normalen Sprechstimme – und das nicht nur im akustischen Sinne.

Veranstaltung 151-80327D
Walter Hönig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 10.05.15, 10.00-17.00 Uhr 8 UStd., 34,00 Euro

„Ich möchte singen!"-Chor

Stimmfitness für Nichtsinger

Singen ist eine wunderbare Möglichkeit, die Stimme zu trainieren und macht dazu auch noch unglaublich viel Spaß. Es fördert die Atmung, die Kreativität und kann beim Stressabbau helfen. Menschen mit Sprechschwierigkeiten (z.B. Stotterer) profitieren besonders vom Singen.
Dieser Chor trifft sich alle 14 Tage und ermöglicht heimlichen Sängern und vermeintlichen Nichtsängern, auf eine ungezwungene Weise ihre Stimme zu entfalten und ihr Stimmpotenzial wiederzuentdecken.
Tonübungen, Circlesongs, Vocal- und Bodypercussions geben jedem Teilnehmenden die Möglichkeit, die eigenen Fähigkeiten auszuprobieren. Entdecken Sie Ihre Musikalität!

Vortrag
Veranstaltung 151-80328D
Prof. Ingeborg Staresina-Bartovski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.02.15, 19.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 25.02.15, 19.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 11.03.15, 19.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 25.03.15, 19.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 22.04.15, 19.00-21.15 Uhr
Mittwoch, 06.05.15, 19.00-21.15 Uhr
18 UStd., 69,00 Euro

Welche Wirkung haben Klänge und Musik auf unseren Körper, Geist und Seele?

Keine andere Sinneswahrnehmung führt so schnell zu einer Aufmerksamkeits- und Orientierungsreaktion wie gehörter Schall.
Folgende erstaunliche Wirkungsweisen von Klängen und Musik werden deshalb in diesem Vortrag erläutert:

- Musik hat einen großen Einfluss auf unsere Befindlichkeit und wirkt auf die Körperrhythmen, also auf die Herzfrequenz und den Pulsschlag. Dadurch werden der Blutdruck und somit auch die Gehirnaktivität mit gesteuert.
- Zahlreiche musikpsychologische Studien beschäftigen sich außerdem mit den Wirkungen der Musik auf kognitive Fähigkeiten (Leistungsfähigkeiten des Gehirns).
- Ebenso reagieren Atemrhythmus, Sauerstoffverbrauch, Stoffwechsel und Schmerzempfinden auf musikalische Reize.
- Darüber hinaus kann Musik beim Hörer eine Gänsehaut auslösen oder ihn zum Träumen anregen.

Sie kann uns helfen, von einem weniger erwünschten psychischen Zustand in einen erwünschteren zu wechseln.

Vortrag
Veranstaltung 151-80329
Prof. Ingeborg Staresina-Bartovski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.03.15, 19.00-20.30 Uhr 2 UStd., 5,00 Euro

Musik und Klang als Quelle der Lebenskraft

Klassische Musik kann die körperliche Anspannung reduzieren, die Konzentration und die Stimmung verbessern und mehr Gelassenheit schenken.
Mantras können erwecken oder beruhigen. Obertöne können das Bewusstsein erweitern. Jazz berührt oftmals wehmütige oder melancholische Anteile in uns. Pop- und Rock-Musik unterhält und erfüllt soziale Aspekte, indem sie Zugehörigkeit schenken. Latinoklänge steigern die Lust auf Bewegung und Tanz.
Damit Du dich deinem Gefühl und Gespür öffnen kannst, ist in diesem Seminar der Fokus besonders auf die Klänge des Mantra und Oberton gerichtet.
Du kannst deinen seelischen Zustand dadurch besser wahrnehmen und dein Bewusstsein wird erweitert.
Somit spürst du, wann dir welche Musik gut tut.

Veranstaltung 151-80331D
Prof. Ingeborg Staresina-Bartovski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr 8 UStd., 35,00 Euro

Die Stimme als Spiegel meines Selbst

Der Begriff „Stimme" kommt von Stimmung und stimmen, im Sinne von passen. Wenn meine Stimme nicht mit mir übereinstimmt, dann stimmt mit mir etwas nicht.
In diesem experimentellen Tagesseminar lernen die Teilnehmer / innen mehr über sich selbst und ihre stimmliche Wirkung auf andere Menschen. Sie werden sensibilisiert, um

- ihr Stimm- und Sprechverhalten wahrzunehmen und vorteilhaft zu entwickeln
- ihre Stimm- und Sprechfähigkeiten bewusst einzusetzen und zu optimieren
- ihre Stimm- und Sprechidentität zu finden und in der Öffentlichkeit Präsenz zu zeigen.

Die Dozentin unterstützt ihren Unterricht mit kleinen Atemsequenzen, Sprechrhythmusübungen, Ton- und Entspannungselementen, sie orientiert sich an Aspekten des NLP.

Veranstaltung 151-80333D
Prof. Ingeborg Staresina-Bartovski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15, 9.30-16.30 Uhr 8 UStd., 35,00 Euro

Psychologische und pädagogische Fortbildungen/ Zusatzqualifikationen

Starterpaket zur Systemischen Beratung

Diese abwechslungsreiche und praxisnahe Einführung in Systemisches Denken und Handeln erweitert das Methodenspektrum der Teilnehmenden sowie die Kreativität in der Methodenauswahl für zielgerichtete Beratungsabläufe. Von A wie Auftragsklärung, K wie Kundentypen, L wie Lösungsorientierte Fragen bis Z wie Zirkuläre Fragen lernen die Teilnehmenden das Spektrum Systemischen Handelns kennen.
Der Veranstaltungspreis beinhaltet auch ein ausführliches Veranstaltungsskript, weitere Arbeitsmaterialien sowie ein Teilnahmezertifikat mit der Auflistung der Schwerpunkte der Veranstaltung.
Die Dozentin ist Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Beraterin (DGSF), Bildungsreferentin, Lehrbeauftragte an div. Fachhochschulen in NRW.

Kernthemen des Workshops:
- Basiswissen Beratung & Gesprächsführung
- Einführung in die Systemtheorie
- Ressourcenmobilisierung und Transfer in die Arbeit mit Kunden
- Die 5 systemischen Beratungsphasen
- Die Kunst lösungsorientierter Fragestellungen
- Transferübung: die zielorientierte Beratung
- Praxistransfer in den Beratungsalltag der Teilnehmenden

BU-Berechtigte melden sich bitte bis zum 04.02.15 an, sonstige Anmeldungen bis zum 25.02.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-81401D
Claudia Hennig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 04.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Donnerstag, 05.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Freitag, 06.03.15, 9.30-16.30 Uhr
24 UStd., 160,00 Euro

NLP – für Beruf und Alltag

In diesem Bildungsurlaub wird NLP als eine Methode zur Verhaltensänderung für unterschiedliche Situationen in Alltag und Beruf vorgestellt und praktiziert.
Das Seminar ist in NRW und in Niedersachsen als Bildungsurlaub anerkannt. Auf Wunsch wird ein ausführliches Seminarprogramm zugeschickt.
BU-Berechtigte melden sich bitte bis zum 23.02.15 an, sonstige Anmeldungen bis zum 16.03.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-81403D
Liane Chris Strauß
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Mo-Fr, 23.03.-27.03.2015
9.30-16.15 Uhr, 40 UStd.
220,00 Euro

Von der Alchemie zur professionellen Begleitung und Beratung

Entwicklung eines Berufsbildes mit steigendem Bedarf und hohem Qualitätsanspruch

Der Berufsbereich der unterstützenden und begleitenden Hilfe blickt auf über 2000 Jahre Geschichte zurück. Ab Ende 19. Jahrhunderts und insbesondere den 90-er Jahren ist Coaching als aufsteigender Trend und Modewort emporgeschossen und derzeit fast in jedem Bereich von Beruf, Bildung und Beratung zu finden.
Doch was ist Coaching eigentlich, für wen ist es geeignet und wie orientiert man sich in dem dichten Dschungel von Angeboten als Interessierter für Beratung, Praxis oder Fortbildung?
Die Dozentin referiert über die Entwicklungsgeschichte des Coachings aus Zeiten vom „Magischen Denken" bis hin zur heutigen Leistungsgesellschaft mit hohem Anspruch auf konkrete Erfolge und Lösungen. Sowie auch über die unterschiedlichen Absichten, Inhalte, Wirkungs- und Einsatzfelder, Abzweigungen mit unterschiedlichen Bedeutungen, Methoden und Abgrenzung z.B. zur Psychotherapie.

Veranstaltung 151-81407
Liane Chris Strauß
Dorstfeld
Creativzentrum, Oberbank 1
Montag, 23.03.15, 17.00-19.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Klientenzentrierte Gesprächsführung

Alltagsgespräche fruchtbar gemacht

Die Methode der „Klientenorientierten Gesprächsführung" nach Carl Rogers hat enormen Einfluss genommen in Pädagogik, Beratung und Therapie. Ursprünglich zur Verbesserung seiner privaten Kommunikation gedacht griff Rogers auf einfache Prinzipien der fernöstlichen Gesprächskultur zurück: Wenn es im Gespräch gelingt, ein Klima der Echtheit, der gegenseitigen Achtung und Wertschätzung sowie des Verständnisses entstehen zu lassen, entstehen überraschende Wandlungen und sehr fruchtbare Prozesse, in denen man Neues und Überraschendes erfährt und an denen man Freude hat. An diesem Tag lernen Sie, die notwendigen Prinzipien in Form des aktiven Zuhörens kennen und praktizieren, so dass Sie diese in Ihrem privaten Umfeld verwenden können. Bitte bringen Sie Gesprächsbereitschaft, Gesprächsanliegen oder -themen mit.

Veranstaltung 151-81409D
Beate Ferkinghoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
9 UStd., 40,50 Euro

Einführung in die lösungsorientierte Gesprächsführung

Gespräche sind die Grundlage menschlicher Beziehungen. Auch im Job begründet die Qualität der Gesprächsführung Arbeitsatmosphäre, Zufriedenheit und letztlich auch unternehmerischen Erfolg.
Das Modell der lösungsorientierten Gesprächsführung gibt gerade im beruflichen Kontext einen geeigneten effektiven Leitfaden, um Gespräche erfolgreich führen zu können.

Veranstaltung 151-81411D
Carola Baxmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 39,00 Euro

Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?

Mediation als Konfliktlösungsmethode in Betrieben und Organisationen

Arbeitsverdichtung, Leistungs- und Konkurrenzdruck, rasche Veränderung der Märkte, zwischenmenschliche Probleme etc. führen zu Konflikten im beruflichen und privaten Alltag. Dieses Seminar vermittelt durch mediative Techniken der Kommunikation und Gesprächsführung Angehörigen von Betrieben, Organisationen, Institutionen etc. wie auch Privatpersonen einen praxisbezogenen Lösungsansatz zur eigenen Konfliktbewältigung und zur Moderation von Konflikten. Informations- und Theorievermittlung, z.B. zu den Eskalationsstufen von Auseinandersetzungen und Möglichkeiten der Deeskalation, Konflikttypen, -arten und -ursachen, bilden den Hintergrund für praktische Übungen und Rollenspiele. Das Seminar ist in NRW und Niedersachsen als Bildungsurlaub anerkannt. Auf Wunsch wird ein ausführliches Seminarprogramm zugeschickt.

Anmeldefrist
für BU-Berechtigte: 08.06.15
sonstige Anmeldungen: 29.06.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-81405D
Claudia Gravenhorst
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mo-Do, 06.-09.07.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 10.07.15, 9.00-12.30 Uhr
36 UStd., 220,00 Euro

Montessori-Diplom-Ausbildungslehrgang 2015-2017

- in Kooperation mit der Deutschen Montessori-Vereinigung e.V.

Die Montessori Pädagogik, benannt nach der Ärztin und Pädagogin Maria Montessori (1870-1952), ist ein reformpädagogischer Ansatz, mit dem Ziel, die Entwicklung und das Lernen für Kinder kindgerecht und individuell in ihrem sozialen, gesellschaftlichen und kulturellen Umfeld zu fördern, die Verantwortlichkeit zu stärken und Lern- und Sozialverhalten sinnvoll anzuregen und zu erhalten.
Viele pädagogische Einrichtungen und Schulen arbeiten nach den Grundsätzen der Montessori-Pädagogik, wofür die Ausbildung mit dem Erwerb des Montessori-Diploms eine notwendige Voraussetzung ist.
Es ist beabsichtigt, im Frühjahr 2015 einen neuen Lehrgang zu beginnen, die Lehrgangsdetails sind dem Lehrgangsflyer (Download auf www.vhs.dortmund.de) zu entnehmen. Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an 0231-5024608.

Gesundheit

Weiterbildungsmanagement 84, 85
Jessica Pothmann (re.)
(0231) 50-2 48 36
jpothmann@stadtdo.de

Fachgruppenleitung 82, 83
Mona Möhring (li.)
(0231) 50-2 46 08
mmoehring@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Martina Leveque
(0231) 50-2 48 92
mleveque@stadtdo.de

Wann ist Gesundheitsbildung förderfähig?

Für manche gesundheitsbildende und -fördernde Kursangebote übernehmen die Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen teilweise oder ganz die **Teilnahmegebühren**.

Voraussetzung für eine Förderung ist eine **regelmäßige Teilnahme** (mindestens 80%).

Förderfähig können Veranstaltungsangebote sein, die folgenden **Präventionsprinzipien** zuzuordnen sind:

- Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität
- Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme
- Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung
- Vermeidung und Reduktion von Übergewicht
- Stressbewältigung / Entspannung
- Förderung des Nichtrauchens

Die Förderung je Präventionsprinzip erfolgt durch die Krankenkassen als **einmalige Impulsmaßnahme**.

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung, welche Veranstaltungen gefördert werden.

Das Entgelt enthält einen Sachkostenbeitrag in Höhe von 0,10 Euro je Unterrichtsstunde für die Nutzung der Fachraum- und/oder Lehrmittelausstattung. (Ausgenommen sind Veranstaltungen mit Pauschalentgelt: Vorträge u.a.).

Medizinische und gesundheitspolitische Fragen

Gemeinsam in ein rauchfreies Leben

Das „Rauchfrei-Programm" der IFT Gesundheitsförderung vereint neueste Konzepte der Motivationsforschung und Verhaltenstherapie. Es werden zum einen kognitiv-emotionale Verfahren zum Aufbau eines Problembewußtseins, zur Veränderung von Einstellungen und zur Förderung der Motivation angewendet. Zum anderen wird eine Verhaltensänderung durch ein zielorientiertes Vorgehen für ein rauchfreies Leben gefördert. Dadurch wird das hohe Rückfallrisiko reduziert.
Die Dozentin ist eine Diplom-Psychologin, die vor einiger Zeit selbst das Programm erfolgreich absolviert hat.

Veranstaltung 151-82001D
Petra Meinold
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr
12 UStd., 54,00 Euro

Gesundes Trinkwassen?!

Trinkwasser ist das wichtigste Lebensmittel für alle Lebewesen. Wissenschaftler berichten immer wieder über mangelhafte Trinkwasserqualität und Labore entdecken Medikamente, Bakterien oder krebserregende Stoffe im Wasser. Welches Wasser können Sie noch trinken, weil es gut für Ihre Gesundheit ist? Dieser Informationsabend bietet eine gute Gelegenheit, sich über das Thema zu informieren und Erfahrungen auszutauschen.
Der Dozent stellt Ihnen verschiedene Reinigungsmöglichkeiten vor und bietet Ihnen eine kostenlose Überprüfung der Gesamtbelastung Ihrer mitgebrachten Leitungswasserprobe an.

Veranstaltung 151-82003
Michael Hütten
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 11.06.15, 18.45-20.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Vitamin D3 – Ein unterschätztes Vitamin

Knochenschmerzen? Müdigkeit? Reizdarm? Häufige Infektanfälligkeit? Kennen Sie das? Haben Sie schon mal über einen Vitamin-D-Mangel nachgedacht? Fast 90% aller Deutschen leiden mindestens im Winter unerkannt an einem Vitamin-D-Mangel.
In diesem Vortrag soll das Sonnenvitamin – genaugenommen das Sonnenhormon-D3 genauer vorgestellt werden. Erklärt werden, wie ein Vitamin D Mangel erkannt und nachgewiesen werden kann und somit letztlich auch recht kostengünstig behoben werden kann. Der Vortrag richtet sich an alle, die sich über Vitamin D informieren wollen. Medizinische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mehr Informationen zu der Dozentin unter: **http://www.koerper-wie-seele.de**

Veranstaltung 151-82005
Elisabeth Strüber
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Deutschland – das Land der Schlaflosen

Jeder Dritte in Deutschland hatte schon mal Schlafprobleme. Viele Menschen sind am Tage unkonzentriert, sind gereizt oder haben schlechte Laune. Dieser Vortrag mit Diskussion richtet sich an Interessierte jeden Alters, um sich über wichtige Zusammenhänge zu informieren. U.a. werden folgende Themen behandelt:

1. Ein- und Durchschlafstörungen haben welche Ursache?
2. Wie viel Schlaf braucht der Mensch?
3. Warum schlechter Schlaf dick machen kann!
4. Wie gefährlich ist das Schnarchen?
5. Wie bekomme ich einen erholsamen Schlaf?
6. Was ist bei Schlaftabletten dringend zu beachten?
7. Wann sollte ich zu einem Spezialisten ins Schlaflabor?

Vortrag
Veranstaltung 151-82007
Eva Eigenbrod
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 18.02.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Schlaf schön!

Viele Leute können abends nicht einschlafen, haben schon Sorge bevor sie ins Bett gehen, dass sie wieder nicht einschlafen können. Oder sie wachen nachts auf und können dann nicht mehr weiterschlafen. Wenn sie dann doch noch in den frühen Morgenstunden einschlafen, klingelt bald schon der Wecker und sie müssen gerädert aufstehen. Sofern dem keine Krankheiten zugrunde liegen, ist oft Stress der Hintergrund solcher Schlafstörungen.
In diesem Seminar gehen wir zunächst theoretisch auf Schlafstörungen ein und versuchen, dem Stress in diesem Zusammenhang auf die Spur zu kommen und Wege zu finden, ihn zu reduzieren. Praktisches „Handwerkszeug" wie Entspannungsübungen, Beschäftigung mit Einschlafritualen und auch mit dem Gedankenkarussell soll dabei helfen, künftig besser zu schlafen und morgens fit aufzustehen. Der Tag kann kommen!
Bitte eine Decke (evtl. Kissen) sowie warme Kleidung mitbringen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-82009D
Isolde Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 9.30-15.00 Uhr
7 UStd., 29,00 Euro

Essen gegen das Vergessen

Kann man mit entsprechender Ernährung einer Demenz vorbeugen oder sie beeinflussen?
Ungesunde Nahrung schadet nicht nur der Taille, sondern besonders dem Gehirn.
Was ist „Gehirn-Diabetes"? Cholesterin – Hilft es, nur die Butter weg zu lassen?
Was muss ich über Metalle wissen, wie Aluminium, Amalgam, Eisen und Zink? Wie schädlich ist Blei? Gibt es Medikamente, die ein Alzheimer-Risiko erhöhen?
Ein Vortrag mit Diskussion über Vergesslichkeit und Demenz.

Vortrag
Veranstaltung 151-82011
Eva Eigenbrod
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.02.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Kochen und Ernährung

Fachbereichsleitung:
Joanna Kalytta (li.)
(0231) 50-2 47 17
jkalytta@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Sabine Freyth
(0231) 50-2 47 18
sfreyth@stadtdo.de

Neues Halbjahr – neue Rezepte!

Die unterschiedlich hohe Lebensmittelumlage orientiert sich an den inhaltlichen Schwerpunkten der Kochseminare mit verschiedenen Rezepten und Zutaten oder auch Getränken.

Basiswissen Kochen

Grundkurs Kochen

Viele Menschen haben trotz diverser Fernsehkochshows und Unmengen an Kochliteratur nur geringe Kochkenntnisse und greifen deshalb oder aus Zeitmangel zu Fast Food oder Gerichten aus der Dose.
Gut zubereitetes Essen ist jedoch wichtig für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und soziales Wohlbefinden. Sie erlernen Grundkenntnisse im Kochen, Dünsten, Schmoren, Braten, Dämpfen und Backen etc. anhand abwechslungsreicher Rezepte und Menüs mit schmackhaften Zutaten.
Im Entgelt: 7,00 EUR Lebensmittelumlage für den ersten Abend. Für die weiteren Termine ist beim ersten Treffen die Umlage an die Kursleitung zu entrichten.

Veranstaltung 151-87100D
Maria Hemker
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.30-21.45 Uhr, 20 UStd.
91,00 Euro

Grundkurs Kochen für Fortgeschrittene

Gut zubereitetes Essen ist wichtig für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und soziales Wohlbefinden; dies wurde im Grundkurs Kochen vermittelt. Die Teilnehmer vertiefen die in diesem Kurs erlernten Grundkenntnisse zu verschiedenen Garverfahren (z. B. Dünsten, Dämpfen, Braten, Backen) und Verarbeitungstechniken anhand weiterer abwechslungsreicher Rezepte und Menüs mit schmackhaften Zutaten.
Im Entgelt: 7,00 EUR Lebensmittelumlage für den ersten Abend. Für die weiteren Termine ist beim ersten Treffen die Umlage an die Kursleitung zu entrichten.

Veranstaltung 151-87102D
Maria Hemker
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
3 x Mittwoch, ab 20.05.15
18.30-21.45 Uhr, 12 UStd., 57,40 Euro

Männerkochclub

Der Männerkochclub der Volkshochschule soll nun den Startschuss für eine lange Zeit geben. Angesprochen sollen sich sowohl dynamische und nicht mehr ganz unerfahrene Hobbyköche aber auch Neulinge, die Spaß am Kochen haben und sich zu Hobbyköchen entwickeln möchten, fühlen. Sie haben die Möglichkeit, bei gutem Essen und Trinken ihre Erfahrungen und Gedanken auszutauschen und über den Tellerrand hinauszublicken. Informationen zur Esskultur und zu landestypischen Bräuchen und Traditionen ermöglichen ein über rein Kulinarisches hinausreichendes Wissen. Es werden regionale, nationale und internationale Speisen hergestellt, die klassisch bis modern interpretiert werden.
Im Entgelt: 13,00 Euro Lebensmittelumlage für den ersten Abend. Für die weiteren Termine ist die Umlage an die Kursleiterin zu entrichten.

Veranstaltung 151-87104D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montags, 02.02.15, 09.03.15
27.04.15, 18.05.15, 15.06.15
17.00-21.45 Uhr, 30 UStd.
139,00 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Männerwirtschaft

Ein Kochkurs für Männer, die Spaß am Kochen in fröhlicher Gesellschaft haben und Speisen nach raffinierten Rezepten zubereiten möchten, die zu Hause gut und praktisch nachzukochen sind. Jeder Abend steht nach Absprache mit den Teilnehmern und der Dozentin unter einem anderen Motto. Der Kochkurs ist geeignet für Kochanfänger und Kocherfahrene.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage für den ersten Abend. Für die weiteren Termine ist die Umlage an die Kursleiterin zu entrichten.

Veranstaltung 151-87106D
Alexandra Schickentanz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.30-21.45 Uhr, 16 UStd.
74,20 Euro

Veranstaltung 151-87108D
Alexandra Schickentanz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
4 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-21.45 Uhr, 16 UStd.
74,20 Euro

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Kochen International

Südafrikanische Küche

Südafrika ist eine Mischung aus kolonialer Küche und regionalen Produkten. Die europäische Zubereitung wird mit südafrikanischen Zutaten ergänzt.
Im Entgelt: 9,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87200D
Volker Franz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 11.05.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 30,00 Euro

Argentinische Küche – Steaks mal ganz anders

Kommen Sie mit in die „Pampa-Region" – dort grasen die berühmten argentinischen Rinder.
Lassen Sie uns gemeinsam Steaks in verschiedensten Variationen zubereiten und köstliche Zutaten dazu.
Sie werden begeistert sein!
Im Entgelt:
18,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87202D
Anton Borghoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.03.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
39,00 Euro

Veranstaltung 151-87204D
Anton Borghoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 15.04.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd., 39,00 Euro

Asia-Mix Japan küsst Vietnam

Auf dem Speiseplan stehen exotische Leckereien bei denen Asia Fans auf ihre Kosten kommen. Wir werden ein abwechslungsreiches Menü bestehend aus „Gyoza" gedämpfte japanische Teigtaschen, kalte vietnamesische „Summer rolls", traditionelle vietnamesische Nudelsuppe und Dessert kochen.
Im Entgelt:
10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87206D
Michlin Mardini
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 26.01.15
17.00-21.45 Uhr, 6 UStd.
35,20 Euro

Veranstaltung 151-87208D
Michlin Mardini
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 20.04.15
17.00-21.45 Uhr, 6 UStd.
35,20 Euro

Brasilianische Küche

Brasilien hat eine vielseitige Küche im Hinblick auf Aromen und Geschmacksrichtungen. Sie geht auf portugiesische, afrikanische und indianische Wurzeln zurück. Genießen Sie die afro-brasilianische Küche beispielsweise mit Kokosmilch, Palmenöl und Pfeffer bei der Zubereitung einer Moqueca de Peixe (Fischgericht) und diverser Vor- und Nachspeisen.
Im Entgelt:
8,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87210D
Angela Costa da Silva Wolf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 19.04.15
10.00-14.00 Uhr, 5 UStd.
29,50 Euro

Chinesische Küche

Schmackhaft und phantasievoll chinesisch kochen! Dabei erfahren Sie mehr über die chinesische Esskultur, über die Kraft der Nahrung und ihre gesundheitlichen Aspekte.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.
Veranstaltung 151-87212D
Mei Yang
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15
10.30-15.15 Uhr, 6 UStd.
35,20 Euro

Curry? oder Karri?
Ein Erbe der tamilischen Küche

Wussten Sie, dass das Wort Curry und dessen Zubereitung von der tamilischen Küche stammt? Curry (ausgesprochen auf Tamilisch: Karri) ist die Bezeichnung für eine speziell gekochte Art von Gerichten. Hier wird nicht die Gewürzmischung (Curry-Pulver), sondern auch das Gericht selbst gemeint. Die tamilische Küche kennt viele verschiedene Karri-Gerichte. Diese lassen sich aus Fleisch, Fisch und Gemüse zubereiten. Sie lernen in diesem Kurs von einem Dozenten, der ein gebürtiger Tamile aus Sri Lanka ist, und aus erster Hand die Kenntnisse der tamilischen Küche vermittelt. Sie werden die Original-Karrizubereitungsmethoden kennenlernen und erhalten einen Überblick über Land und Leute, die Kultur und die Zutaten der tamilischen Küche, insbesondere über die Gewürze und deren vielseitigen Verwendbarkeit und kulturellen Bedeutungen. Lassen Sie sich überraschen!!!!
Im Entgelt:
10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87214D
George Hermanegild Dias
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 08.03.15
10.00-14.45 Uhr, 6 UStd.
35,20 Euro

Sommerliches Frankreich

Besonders im Sommer atmet die französische Küche den Duft des Atlantiks genüsslich ein: In vielen Regionen stehen frische Fische, Schalen- und Krustentiere auf dem Speisenplan. Der Geschmack von Meer zergeht dann auf der Zunge. Doch Frankreichs Küche glänzt auch mit Confits (Fleisch im eigenen Fett gegart und konserviert), Gänse- und Entenleber, Pasteten und Gemüseeintöpfen, oder mit einem „choucroute" (Sauerkraut) aus dem Elsaß. Natürlich wird dazu immer der passende Wein entkorkt.
Im Entgelt:
16,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87216D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 22.05.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
37,50 Euro

Veranstaltung 151-87218D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 19.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
37,50 Euro

Indische Currys – scharf!!

„Curry" bedeutet in Indien schlicht und einfach Sauce. Bei einem indischen Curry werden Fleisch oder Gemüse mit einer Reihe anderer Zutaten gekocht. Lassen Sie uns gemeinsam einen Streifzug durch die unterschiedlichen indischen „Currys" machen – von scharf bis mild und der Frage nachgehen: Wie bekommt ein Curry seine Farbe?
Im Entgelt: 13,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87220D
Anton Borghoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 04.05.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
34,00 Euro

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Italienische Küche

Sie lernen mit neuen Rezepten die variantenreiche Küche der Regionen Umbrien, Toskana, Emilia Romagna und Sizilien kennen.
Im Entgelt: 18,00 Euro Lebensmittelumlage für beide Kursabende.

Veranstaltung 151-87222D
Monika Radtke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Montag, ab 23.02.15
18.30-21.45 Uhr, 8 UStd., 51,60 Euro

Italienische Küche – Pizza und Tiramisu nach Omas Rezepten

Nach der langjährigen Erfahrung meiner italienischen Großmutter als Köchin werden Sie in diesem Kochkurs die Geheimnisse für hausgemachte Pizza und Tiramisu, einige der weltweit berühmtesten italienischen Gerichte, entdecken. Mit viel Spaß und Authentizität werden Sie die leckersten italienischen Rezepte genießen. Sie werden lernen, wie einfach und günstig es ist, mit den richtigen Zutaten eine perfekte Mahlzeit vorzubereiten. Sie erwerben die Fertigkeit, den empfindlichen und handgemachten Hefeteig mit wenigen Zutaten zubereiten zu können, welcher für Pizza in diversen Geschmacksrichtungen als Grundteig zur Verfügung steht. Zum Dessert bereiten Sie nach einem Originalrezept aus Italien das Tiramisu.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage

Veranstaltung 151-87223D
Serena Bifolchi
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd, 31,00 Euro

Winterliches Italien

Handfestes Gemüse, delikates Fleisch oder vielleicht schmackhafte Anchovis? Auch der italienische Winter wartet mit kulinarischen Überraschungen auf. Und sollte wieder einmal Ligurien die Schwerpunkte setzen, dann ergänzen sich sogar Berge und Meer: Wild und Wolfsbarsch sind sozusagen Nachbarn. Und wie immer werden die dazu passenden Weine entkorkt.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87224D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 29.01.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 36,00 Euro

Veranstaltung 151-87226D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 30.01.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 36,00 Euro

Veranstaltung 151-87228D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.02.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 36,00 Euro

Veranstaltung 151-87230D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.02.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 36,00 Euro

Frühlingshaftes Italien

In unserem frühlingshaften Italien wollen wir versuchen, aus den unterschiedlichen Regionen des Landes, wo die Zitronen blühen, eine kulinarische Synthese zu zaubern. Je nach Marktlage stehen duftende Kräuter, das milde Olivenöl, das Beste vom Kalb oder vom Kaninchen, aber auch Fisch und Meeresfrüchte auf dem Speisenzettel. Und wie immer darf ein leckeres Tröpfchen dazu nicht fehlen.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87232D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.03.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 36,00 Euro

Veranstaltung 151-87234D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 36,00 Euro

Frühsommerliches Italien

Unter der sanften, frühsommerlichen Sonne Italiens geht es beschwingt und bunt zu. Je nach Marktlage könnten gesottener Fisch mit Zitronensaft, gebackene Kartoffeln mit Basilikum und gehobeltem Parmesan oder Pasta mit Artischocken und Meeresfrüchten zur Wahl stehen. Von Überraschungen ganz abgesehen. Doch eines steht fest: Ein kühler Wein rundet das Geschmackserlebnis ab.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87236D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 11.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
36,00 Euro

Veranstaltung 151-87238D
Roland Müller
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 12.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
36,00 Euro

Kurdische Küche

Die kulinarische und traditionelle Küche der Kurden besteht aus vielfältigen und schmackhaften Nahrungsmitteln wie Fleisch, Gemüse und Getreide, die grundsätzlich auch den gesundheitlichen Aspekt des Essens betonen. Die Speisen werden mit den verschiedensten orientalischen Gewürzen zubereitet. Genießen Sie die Köstlichkeit dieser Küche!
Im Entgelt: 8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87240D
Leyla Üzeyiroglu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 01.03.15, 11.00-15.45 Uhr
6 UStd., 33,20 Euro

Veranstaltung 151-87242D
Leyla Üzeyiroglu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 21.06.15, 11.00-15.45 Uhr
6 UStd., 33,20 Euro

Mittelmeerküche

Mit neuen Rezepten erkochen Sie sich mediterrane Highlights der vielfältigen Küchen Frankreichs, Spaniens, Italiens und Griechenlands.
Im Entgelt: 18,00 Euro Lebensmittelumlage für beide Kursabende.

Veranstaltung 151-87244D
Monika Radtke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Montag, ab 16.03.15
18.30-21.45 Uhr, 8 UStd., 51,60 Euro

Einführung in die marokkanische Küche

Die marokkanische Küche zählt - nach Meinung der Einheimischen - zu den besten der Welt. Sie zeichnet sich durch eine große Vielfalt aus und ist u.a. auch in Frankreich sehr beliebt (Couscous, Tajines. Briouates). Weniger bekannt sind die regionalen Spezialitäten, die aber gerade den Reichtum dieser Küche ausmachen. Sie erhalten einen Einblick in die Geheimnisse der marokkanischen Küche und erfahren, dass es gar nicht so schwer ist, sich den Duft und Genuss von 1001er Nacht in die eigene Küche zu holen.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage

Veranstaltung 151-87246D
Dina El-Midany
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.02.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 31,00 Euro

Persische Küche

Sie lernen die traditionelle persische Küche mit ihrer Vielfalt an aromatischen Gerichten und Wissenswertes über Land und Leute kennen.
Im Entgelt: 7,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87248D
Ferdos Motedayen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 18.03.15 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 28,50 Euro

Peruanische Küche

Die peruanische Küche ist köstlich und enorm vielseitig. So multikulturell wie das Land sind die Gerichte: Auf den Tellern mischen sich verschiedene Geschmacksrichtungen, Farben und kulinarische Traditionen. Unsere Erde lehrt uns, großzügig zu sein, denn es liegt seit Jahrhunderten eine unendliche Vielfalt von Speisen in unseren Hände. Schon die Kinder lernen früh sämtliche Farben kennen, wenn sie all die Pfefferschoten und Früchte sehen. In diesem Kochseminar lernen Sie die Rezepte Perus ebenso wie seine Geschichte kennen. Entdecken Sie z.B. den Wohlgeschmack von Quinoa und Amaranth, sowie gefüllte Kartoffeln und viele andere Köstlichkeiten - leicht nachzukochen, außergewöhnlich lecker, reich an Geschichte und eine große Freude für jeden Feinschmecker.
Im Entgelt: 8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87250D
Patricia Hohlsiepe-Contreras
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15
10.00-14.00 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Schweizer Spezialitäten-Küche

Die Schweizer Küche verbindet Einflüsse aus der deutschen, französischen und norditalienischen Küche. Sie ist jedoch regional sehr unterschiedlich. Kochen und genießen Sie ein Menü aus den unterschiedlichen Regionen wie Appenzell, Graubünden und dem Kanton Bern.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87252D
Anton Borghoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 09.02.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
36,00 Euro

Spanische Küche genießen

Wie in allen Mittelmeerländern ist auch die spanische Küche mit viel frischem Gemüse, Obst, Fisch und Fleisch leicht und regional sehr abwechselungsreich. Bezeichnend sind u.a. der Gebrauch von Olivenöl und Knoblauch sowie die Verwendung südamerikanischer Gewürze und intensiver orientalischer Aromen als Erbe vergangener maurischer Zeit. Genießen Sie die Zubereitung von würzigen Tapas und verführerischen Süßspeisen.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87254D
Anja Hecker-Wolf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 05.05.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Siehe auch: www.stadtkernobst.de

Syrische Eintöpfe

Neben den, in der Zwischenzeit sehr bekannten, vielseitigen syrischen Vorspeisen genannt „Mezzeh", hat dieses Land auch andere Köstlichkeiten zu bieten. Ähnlich wie die indischen Currys werden diese Eintöpfe mit Reis oder Bulgur serviert. Kommen Sie mit auf eine Entdeckungsreise, wo Sie mehr über Land und Leute erfahren, und raffinierte Gerichte mit Aromen des Orients kennenlernen.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87256D
Michlin Mardini
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 08.06.15
17.00-21.45 Uhr, 6 UStd.
35,20 Euro

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Einführung in die syrische Küche

Die syrische Küche ist vielfältig, raffiniert, schmackhaft und pikant und gilt für viele neben der libanesischen Küche als die beste Küche im Vorderen Orient. Sie ist nicht nur von der arabischen Küche sondern auch von der französischen , jüdischen und türkischen Küche beeinflusst. Wie in fast allen Küchen des Orients bilden auch in der Küche Syriens, die „Mezzeh" genannten Vorspeisen einen wichtigen Bestandteil eines typischen Mahles. Als Mezzeh werden in Syrien u.a. „Hummus" (Kichererbsenbrei), „Tabule" (Salat aus Tomaten, Weizen und gehackter Petersilie), Auberginenmus, eingelegte Gemüse und verschiedene Joghurtsaucen gereicht. Als Hauptgang gibt es bei einem typisch syrischen Mahl meist ein Lamm- oder Geflügelgericht mit Reis und Salat. Das knusprige Fladenbrot Pita wird während der ganzen Mahlzeit gereicht. Abgeschlossen wird die Mahlzeit in Syrien üblicherweise mit frischen Früchten, Eis oder den sehr süßen aber sehr leckeren arabischen Süßgebäcken aus Honig, Nüssen und Rosinen wie die im ganzen Vorderen Orient bekannte Baklava.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage

Veranstaltung 151-87258D
Dina El-Midany
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 22.04.15
17.00-21.00 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Thailändische Küche

Die traditionelle thailändische Küche ist eine Küche mit kräftigem Geschmack. Dazu gehören thailändischer Salat, die Zärtlichkeit der Kokosmilch, die thailändischen Früchte wie z.B. Ananas und Mango und die intensiven Aromen der typischen thailändischen Kräuter wie Ingwer, Galgant und Zitronengras. Außerdem sollen die Augen mitessen, daher werden die Speisen kunstvoll angerichtet.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87260D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 22.02.15
10.00-16.15 Uhr, 8 UStd.
48,60 Euro

Veranstaltung 151-87262D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15
10.00-16.15 Uhr, 8 UStd.
48,60 Euro

Veranstaltung 151-87264D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 25.04.15, 10.00-16.15 Uhr
8 UStd., 48,60 Euro

Veranstaltung 151-87266D
Yuwanda Hellinger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 31.05.15, 10.00-16.15 Uhr
8 UStd., 48,60 Euro

Vietnamesische Küche erleben

Sie ist vielseitiger und anders als Sie glauben. Frische Kräuter und Gemüse mit Fisch und Fleisch. Oder auch vegetarisch! Leckere Salate, gefülltes Reispapier, fruchtige Fischsoße und überraschender Nachtisch. Alles wird gezeigt, gemacht und gemeinsam gegessen. Kurzum: Ein kulinarisches Erlebnis der besonderen Art.
Im Entgelt: 12,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87268D
Dr. Viet-Dung Ngo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15
10.00-14.45 Uhr, 6 UStd.
37,20 Euro

Vegetarische Küche

Ayurvedische Kochkunst und Ernährung

Aufbauend auf wichtigen Grundlagen der ayurvedischen Ernährung wird ein köstliches ayurvedisches Abendmenü zubereitet. Sie lernen, wie Ghee, zerlassene Butter, hergestellt wird und wie es beim Dünsten von Gemüse, Reis und beim Rösten von Gewürzen verwendet wird. Außerdem bereiten Sie ein Chutney, süß-saure Beilage, und Lassi, ein beliebtes Joghurtgetränk, zu. Gutes ayurvedisches Essen ist Nahrung für Leib und Seele.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87300
Franz Homann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 24.04.15
17.00-21.45 Uhr, 6 UStd.
32,20 Euro

Einfach mal vegan...!

Vegan Kochen bedeutet, neben Fleisch und Fisch auch auf andere tierische Erzeugnisse wie etwa Milch, Eier, Butter und Käse zu verzichten. Der Dozent möchte Ihnen in diesem Kurs zeigen, dass man alltagstaugliche Gerichte ohne große Vorbereitungszeit und ohne besonders exotische Zutaten vegan zubereiten kann. Der Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die bereits Vegetarier sind und mit dem Gedanken spielen, sich in Zukunft vegan zu ernähren, aber auch für alle, die einmal einen Blick über den Tellerrand genießen möchten. In einer lockeren und entspannten Atmosphäre erhalten Sie Tipps, Tricks und „bissfeste" Argumente zum veganen Kochen.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87302
Mirko Stefan Elfert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15
11.00-15.00 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Veranstaltung 151-87304
Mirko Stefan Elfert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.03.15
17.00-21.00 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Siehe auch: www.meinveggie.de

Bei allen Kochkursen ist im Entgelt ein Sachkostenbeitrag von 0,50 Euro pro Ustd. für die Nutzung der Lehrküche enthalten.

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

In Zukunft wird gesmootht – kennen Sie grüne Smoothies?

Träumen Sie davon, sich wirklich gesund zu ernähren und rundum fit zu sein? Träumen Sie davon gesund abzunehmen, ohne zu hungern? Kennen Sie grüne Smoothies? Süß, sauer, bitter? Zum Frühstück, zu Mittag, zum Abend, als Getränk, als Suppe, als Dessert?
Warum grüne Smoothies?
Das Chlorophyll aus Blattgrün reinigt und heilt unsere Organe, vernichtet krankheitserregende Bakterien, Pilze und Krebszellen, es ist ein hervorragender Blutbildner und sorgt für reines und gesundes Blut. Ein geringer Zeitaufwand zur Herstellung grüner Smoothies ist ideal für Berufstätige, Studenten und Schüler. Als positiver Nebeneffekt sorgt die gesunde Gewichtsreduktion für ein ausgeglichenes Körpergefühl. Welcher Smoothie-Typ Sie sind, das werden wir gemeinsam ausprobieren!
Im Entgelt: 6,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87306D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.03.15
18.30-20.00 Uhr, 2 UStd.
14,90 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Vegan schlemmen wie im Orient

Möchten Sie leckere, vegane und vollwertige Gerichte kennen lernen, die jenseits von Tofu und Gemüsebratling liegen? Dann sind Sie hier richtig! In geselliger Runde kochen wir authentische syrisch/libanesische Vorspeisen und Hauptgerichte. Als Syrerin möchte ich Ihnen ein Stück Esskultur des nahen Ostens näher bringen. Der Kurs eignet sich auch für Vegetarier und Fleischesser, die Abwechslung in ihre Küche bringen möchten.
Im Entgelt: 8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87308D
Michlin Mardini
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 15.03.15
10.30-14.30 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Veranstaltung 151-87310D
Michlin Mardini
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 13.04.15
17.00-21.00 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Sie suchen einen Raum für betriebliche Veranstaltungen?
Die **VHS** bietet modern ausgestattete **Seminar- und EDV-Räume** für 10 bis 99 Personen.
Diese können Sie mieten.

Vegan Sweet Basics

Auch wer sich vegan ernährt, möchte ab und zu naschen oder andere mit einem tollen Dessert überraschen. Anlässe für Kuchen, Kekse & Co. gibt es im Laufe eines Jahres ja bekanntlich genug. Dass vegane Leckereien auch ohne die klassischen Backzutaten wie Butter, Eier und Milch machbar sind, und wie man diese durch rein pflanzliche Produkte ersetzt, zeigt Ihnen der Dozent anhand von Grundrezepten in diesem Kurs. Ob im Backofen, in der Pfanne oder in der Rührschüssel - mit ein bisschen Kreativität zaubern sie an diesem Tag vegane SWEET BASICS für den Gaumen und fürs Auge...

Im Entgelt:
10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87312D
Mirko Stefan Elfert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 11.00-15.00 Uhr
5 UStd., 31,00 Euro

Veranstaltung 151-87314D
Mirko Stefan Elfert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 28.04.15, 17.00-21.00 Uhr
5 UStd., 31,00 Euro

Siehe auch: www.meinveggie.de

Veganer Probierabend

In lockerer und angenehmer Atmosphäre erhalten Sie an diesem Abend Antworten auf Ihre wichtigsten Fragen zu einer ausgewogenen und abwechslungsreichen veganen Ernährung und bekommen kompakte Informationen zu allem, was Sie über den veganen Alltag wissen möchten. Zudem erfahren Sie, wie Sie ohne Weiteres traditionelle Zutaten, wie z.B. Eier, Milch Butter und Sahne, einfach durch rein pflanzliche Lebensmittel ersetzen und trotzdem kulinarische Leckerbissen zaubern können. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee haben wir zudem die Gelegenheit, einige kleine vegane Köstlichkeiten zu probieren und gemeinsam ins Gespräch zu kommen.
Im Entgelt: 5,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87316D
Stefanie Elfert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 30.01.15, 18.00-20.30 Uhr
3 UStd., 21,30 Euro

Siehe auch: www.meinveggie.de

Vegetarische arabische Küche

Das Niltal ebenso wie andere Flussregionen sind fruchtbar wie ein Garten Eden. Dadurch spielen Gemüse, Hülsenfrüchte und Getreide eine Hauptrolle in vielen traditionellen Gerichten. Lernen Sie die Vielfalt der Falafel, Gemüsegerichte und Salate in der arabischen Küche kennen.
Im Entgelt: 8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87318D
Dina El-Midany
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 20.06.15
9.30-13.30 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Vegetarisches aus 1001 Nacht

Gerichte mit einem Touch aus „1001 Nacht" liegen voll im Trend. Deshalb gehen Sie heute auf eine kulinarische Reise in die mystische Welt des Orients. Lassen Sie sich überraschen von einer fantastischen Aromenwelt, wie es sie nur im Morgenland gibt.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87320D
Dina El-Midany
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 31.01.15
9.30-13.30 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Fleischlos kochen und genießen

– nicht nur für Vegetarier –

Neue Rezept-Ideen – einfache Zutaten – schnell zubereitet – köstlich und gesund.
Lassen Sie sich überraschen von der Vielfalt, die die fleischlose Küche bietet. Ob in der Familien- oder Singleküche, ob kreative Frühlingsgerichte oder leichte Sommerküche, alles ist möglich. Am heutigen Abend zaubern Sie Köstlichkeiten, die Ihren Gaumen überraschen werden. Und was spricht dagegen, sich zuhause, als Nicht-Vegetarier, ein Stück Fleisch dazu zu braten?

Siehe auch: www.stadtkernobst.de

Im Entgelt: 9,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87322D
Anja Hecker-Wolf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 04.03.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
30,00 Euro

Veranstaltung 151-87324D
Anja Hecker-Wolf
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 09.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
30,00 Euro

Vegetarische vietnamesische Küche

Sie ist vielseitiger und anders als Sie glauben. Frische Kräuter und Gemüse, leckere Salate, gefülltes Reispapier, fruchtige Soßen und überraschender Nachtisch. Alles wird gezeigt, gemacht und gemeinsam gegessen. Kurzum: Ein kulinarisches Erlebnis der besonderen Art.
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-87326D
Dr. Viet-Dung Ngo
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 27.06.15
10.00-14.45 Uhr, 6 UStd.
35,20 Euro

Bei allen Kochkursen ist im Entgelt ein Sachkostenbeitrag von 0,50 Euro pro Ustd. für die Nutzung der Lehrküche enthalten.

Kochen von A-Z

Alpenrausch

Begleiten Sie mich auf einer kulinarischen Reise durch die Bergregionen von Frankreich, Schweiz, Südtirol/Italien, Deutschland und Österreich! So romantisch heute unser Verständnis der Bergbauernküche ist, so genügsam (aber nicht minder phantasievoll!) gestaltete sich für die Alpenbewohner der tägliche Speiseplan. Es galt mit dem zu wirtschaften, was Land und Vieh den Selbstversorgern ermöglichte. Wir erweitern in diesem Kurs traditionelle Rezepte mit Zutaten der jeweiligen Region und tauchen ein in ein Stück Bergwelt inmitten Dortmunds.... P.S.: Wenn ich nicht gerade die Berge bereise, arbeite ich professionell als Koch.
Im Entgelt: 12,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87400D
Reinhard Nagler
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 21.05.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
33,50 Euro

An die Pfanne, fertig, los

Pfannengerichte bunt und lecker mit jeder Menge Gemüse, Fleisch und Fisch.
Gemeinsam gegart entfalten sie ihr köstliches Aroma.
Im Entgelt: 9,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87402D
Christiane Deutscher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 24.02.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
30,00 Euro

Backen mal anders – herzhaft backen

Immer nur Sahnetorten und Obstkuchen? Das muss nicht sein. In diesem Kurs stellen wir herzhafte Torten, Kuchen und Kleingebäck her, die sich gut als Alternative zum Abendbrot, fürs Picknick, einen Brunch oder als Snack beim geselligen Abend eignen. Bitte bringen Sie einen Behälter für den Kuchen und das Gebäck mit.
Im Entgelt: 9,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87404D
Christine Honscheidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 21.04.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
30,00 Euro

Backen ohne Backofen – heißer Sommer, coole Torten

Der Sommer naht und es ist schon warm genug, so dass wir auf den Backofen gut verzichten können. Daher kommen alle Köstlichkeiten, die wir in diesem Kurs herstellen, ohne Hitze aus und mögen es lieber kühl bis eiskalt.
Im Entgelt: 9,00 Euro Lebensmittelumlage für beide Abende.

Veranstaltung 151-87406D
Christine Honscheidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
2 x Dienstag, ab 16.06.15
18.30-21.45 Uhr, 8 UStd.
42,60 Euro

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Alles für die Barbecue-Party

Viele abwechslungsreiche Barbecue-Rezepte aus aller Welt! Erleben Sie eine Reise durch die Welt des Barbecues und tauchen Sie ein in klassische und internationale Zubereitungsvarianten von Fleisch, Fisch und vegetarischen Spezialitäten. Lassen Sie die Party steigen und verblüffen Sie Ihre Gäste! Lernen Sie neue Garmethoden und mannigfaltige Abwechslungen beim Barbecue kennen.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-87408D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 26.06.15
17.00-21.45 Uhr, 6 UStd.
40,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Beilagen zum Grillen – Salate, Dips und Co.

Im Sommer bruzeln Fleisch, Fisch oder Gemüse auf dem Grill. Dazu schmecken raffinierte Beilagen wie alle Arten von Salaten, mariniertes Gemüse, selbstgebackenes Brot, vielfältig gewürzte Dips u.a.m
Im Entgelt: 10,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87410D
Christiane Deutscher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 19.05.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Eingepackt und eingefüllt

Bei diesem Kochkurs (verstecken) wir Lebensmittel, fachgerecht. Nicht nur Maultaschen selber machen ist eine Kunst, weil wie funktioniert ein Nudelteig, bzw auch Farse? Strudel ist jedem ein Begrif, nur wer macht Strudelteig schon selber, und im Strudel wir nicht nur Apfel mit Rosinen versteckt. Blätterteig ist die Königen der Teige, zwar schwierig aber mit „oho", natürlich kann man diesen Teig kaufen, aber selber machen ist eine Kunst, oder aber auch die einfache Variante wäre ein Blitz-Blätterteig. Und Baumkuchen darf natürlich nicht fehlen.
Im Entgelt: 14,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87412D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 10.06.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 39,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Fingerfood

Ganz gleich ob festlicher Empfang, ein Treffen mit Freunden, Picknick, Familienausflug oder Party. Diese Snacks passen zu vielen Gelegenheiten. Sie sind schnell zubereitet und dekorativ angerichtet und vor allem eins - unwiderstehlich! Neue Rezepte!
Im Entgelt:
8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87414D
Elsbeth Ankrah
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 24.03.15
17.00-21.00 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Fischgerichte

Bei einem Streifzug durch die internationale Küche - ganz gleich, ob einfaches Alltagsgericht oder zeitgemäße Kreation - entdecken Sie mit mir, dass die Zubereitung von Fisch und Meeresfrüchten keine Zauberei sondern kinderleicht ist.
Im Entgelt:
15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87416D
Anton Borghoff
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 18.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
36,00 Euro

Sommergemüse – Tomaten, Zucchini und Bohnen

Sommer ist nicht nur die Zeit fürs Grillen von Fleisch, sondern auch von Gemüse in verschiedenen Zubereitungsarten. Darunter fallen Tomaten, Zucchini, Auberginen und Bohnen.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-87418D
Volker Franz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 22.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
28,00 Euro

Gratins, Aufläufe und Überbackenes

Pikante und süße Gerichte, deren charakteristisches Aussehen durch die Bräunung der Oberfläche entsteht, schnell und einfach zubereitet. Lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten in der Auswahl der Zutaten kennen und lassen Sie sich von der bunten Zusammenstellung und den abwechselungsreichen Geschmacksvariationen überraschen.
Im Entgelt: 6,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87420D
Maria Hemker
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 29.04.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
27,50 Euro

Bei allen Kochkursen ist im Entgelt ein Sachkostenbeitrag von 0,50 Euro pro Ustd. für die Nutzung der Lehrküche enthalten.

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Happy Birthday – Willkommen zum Geburtstagsbrunch

Laden Sie ihre Gäste mal zu einem gemütlichen Brunch ein. Leckere Speisen, die gut vorbereitet werden können machen nicht nur ihren Gästen Freude.
Im Entgelt: 10,00 Euro.Lebensmittelumlage.
Veranstaltung 151-87422D
Christiane Deutscher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 02.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
31,00 Euro

Iss dich fit! – 1. Vortrag

Die Erkenntnis, dass Ernährung eine wichtige Bedeutung für die Gesundheit hat, ist nicht neu. Die Umsetzung scheitert jedoch häufig an der Unwissenheit über die konkreten Zusammenhänge.
Die Teilnehmer erfahren im 1. Vortrag, wie Vorgänge des Stoffwechsels und der Verdauung so beeinflusst werden können, dass die Gesundheit bewahrt und Abwehrkräfte gegen Krankheiten entwickelt werden.

Veranstaltung 151-87424D
Bärbel Schenkel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15
17.00-19.15 Uhr, 3 UStd.
10,00 Euro

Iss dich fit! – 2. Vortrag

In einer ersten Gesprächsrunde haben die Teilnehmer erfahren, dass es Zusammenhänge zwischen Ernährung und Gesundheit gibt. Das Thema wird wieder aufgegriffen, wiederholt und vertieft. Der Verzehr bestimmter Lebensmittel vermag u. a. das Krebsrisiko zu reduzieren und sogar das Wachstum von Mikrotumoren zu beeinflussen oder zu stoppen.

Veranstaltung 151-87425D
Bärbel Schenkel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.03.15
17.00-19.15 Uhr, 3 UStd.
10,00 Euro

Iss dich fit! Teil III – Fit durch den Tag

Kochseminar
Die Teilnehmer haben erfahren, dass der Verzehr bestimmter Lebensmittel Gesundheit erhalten und auch wieder herstellen kann.
Das Kochseminar richtet sich an Menschen, die ganz praktisch erfahren möchten, wie sie mit Nahrungsmitteln (Tiereiweißfrei), in der richtigen Kombination und Reihenfolge, vom Frühstück bis zum Abendessen fit durch den Tag kommen.
Im Entgelt: 12,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87428D
Bärbel Schenkel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 17.03.15
17.00-21.45 Uhr, 6 UStd.
37,70 Euro

Kaffee ist nicht nur ein tolles und beliebtes Getränk

Von daher lade ich Sie ein, einmal Kaffee von der anderen Seite zu erleben. Kaffee ist ein sehr guter Geschmacksträger bei verschiedenen Speisen, und warum nicht die Gäste verblüffen mit Gerichten und Menüs die eine Note Kaffee beinhalten.
Nein – Kaffee, ist nicht bitter und schmeckt stark. Auf die Dosierung kommt es an!
- Blattsalate mit Kaffeeviniagrette
- Meersalz mit Kaffee zum gegrilltem Steak
- Fischfilet unter der Kaffeekruste
- Kaffee-Cocktails

Im Entgelt: 12,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87430D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 28.05.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 37,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Kochen für Paare:
Ein italienisches Sommerbüffet

Schmackhafte Genüsse aus dem Süden und ein Gläschen Wein. Das schmeckt nach Sommer. Nehmen Sie sich doch einmal die Zeit, mit ihrem Partner /in in geselliger Runde gemeinsam ein Menü zu kochen und dieses auch zu genießen.
Im Entgelt: 12,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87432D
Christiane Deutscher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15,
10.30-15.15 Uhr, 6 UStd.
37,20 Euro

Kulinarische Kontraste,
der etwas andere Geschmack

Heiß & kalt, salzig & süß, Meer & Land, Okzident & Orient, süß & sauer, Klassik & Innovation, schwarz & weiß – diese Gegensatzpaare bilden die Struktur des Kochkurses „Kulinarische Kontraste, der etwas andere Geschmack". Die Rezepte sind wunderbar leicht, modern und innovativ:

- Jägermeister Schokoladentörtchen,
- -gefüllte Tintenfische mit Geflügel auf Kartoffelrisotto und gehobeltem Lakritzsaft,
- -Kochkäsestrudel auf Zwiebelmarmelade zum Dessert,
- -Käseeis auf Blattsalaten mit süßem Speck,

dies alles wird Sie überraschen, überzeugen und begeistern.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87434D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 13.05.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 40,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Ostermenü – Eine Reise durch die Welt

Zu Ostern ein Menü aus verschiedenen Ländern! Die einzelnen Gänge sind natürlich so aufeinander abgestimmt, dass sie optimal zueinander passen. Das Seminar führt Sie daher auch nach den Menükunderegeln in die klassische Menüküche ein. Aber da Ostern ein Fest in der Familie und mit der Familie ist, sollte dieses Fest nicht nur in der Küche stattfinden. Erlernen Sie also auch das kunstvolle Verhältnis von Aufwand und Ertrag, damit noch genügend Zeit für die Lieben daheim am Tisch verbleibt.
Lassen Sie sich überraschen was der Osterhase weltweit auf die Tische zaubert.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87436D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.03.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 40,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Österliche Kaffeetafel
– Alles für den Osterhasen

Langsam hält der Frühling Einzug und wir bereiten uns auf das Osterfest vor. Dafür backen wir in diesem Kurs tolle Torten und Kuchen für die Feiertage. Von süß über herzhaft bis klassisch ist vieles dabei. Der Osterhase wird Augen machen. Bitte bringen Sie einen Behälter für den Kuchen mit.
Im Entgelt: 9,00 Euro Lebensmittelumlage für beide Kursabende.

Veranstaltung 151-87438D
Christine Honscheidt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15
10.30-14.30 Uhr, 5 UStd.
26,30 Euro

Pasta – basta

Nudeln selbst herstellen und dazu eine Vielzahl delikater Füllungen und Saucen zubereiten ist einfacher als Sie denken! Es beginnt alles mit Mehl und Eiern und endet mit Gaumengenuss.
Im Entgelt: 8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87440D
Elsbeth Ankrah
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 12.03.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Pralinen – Ein Hauch von Luxus

Pralinen präsentieren die Verwendung von Schokolade in ihrer kunstvollsten und hochwertigsten Form. Sie sind ein kulinarischer Hochgenuss, dem kaum jemand widerstehen kann. Trotzdem ist und bleibt der Verzehr von Pralinen für die meisten Menschen etwas besonderes, ein Luxus, den man sich nicht jeden Tag gönnt.
Hier im Kurs kreieren Sie eigene Köstlichkeiten zum selber Naschen oder Verschenken.
Bitte eigenen Behälter für die Pralinen mitbringen.
Im Entgelt: 15,00 Euro Lebensmittelumlage für beide Abende.

Veranstaltung 151-87442D
Susanne Schuchardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 10.00-13.15 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 10.00-13.15 Uhr
8 UStd., 48,60 Euro

Reisvariationen

Das asiatische Nahrungsmittel hat sich auch in Europa bzw. Deutschland etabliert. Nicht nur als Beilage, sondern auch als Hauptgang oder Dessert ist Reis verschieden zuzubereiten.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87444D
Volker Franz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
28,00 Euro

Ruhrgebietsküche

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute ist so nah?
Die Ruhrgebietsküche hat sich im Laufe der Jahrzehnte enorm entwickelt. Durch Zuwanderung in den Zeiten der Industriealisierung - etwa aus Ost- und Südeuropa -, hat die eher bodenständige Küche Westfalens eine besondere multikulturelle Note bekommen. Einst mussten Familien oftmals mit wenig Geld und dem, was der Garten hergab, auskommen. Eigene Kräuter, das heimische Gemüsebeet, der Obsthof und die Kleintierhaltung diktierten den zeitgenössischen Speiseplan, der im Zuge der Einwanderung durch mediterrane Gewürze und Kräuter bereichert wurde. Lassen sie sich von dem passionierten Koch, Exchef des Odeon und Cafe Muckefuck, überzeugen, zu welchen Genüssen die Ruhrgebietsküche heute fähig ist. Bereiten sie gemeinsam ein 4-Gänge-Menü zu, das fast vergessenen Rezepten der Region Anerkennung zollt und gleichzeitig den heutigen Geschmacksgewohnheiten angepasst ist.
Im Entgelt: 11,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87446D
Reinhard Nagler
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 05.03.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
32,50 Euro

Der Pott kocht
– Ruhrgebietsküche

Das Ruhrgebiet steht traditionsgemäß für urige und einfache Küche. Die Zubereitung ist vielseitig, die Zutaten kommen aus der Region und sind flexibel einsetzbar. Kohlgerichte, Himmel und Erde oder Panhas sind nur einige Gerichte aus dieser Umgebung.
Im Entgelt: 8,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87448D
Volker Franz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 01.06.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
29,00 Euro

Salze der Erde – Kochen und würzen mit den unterschiedlichsten Salzen

Salz gehört zu unserem täglichen Leben, ohne Salz würde unser Essen ziemlich fade schmecken. Aber Salz ist nicht gleich Salz. Die Unterschiede der auf unterschiedliche Arten gewonnenen Salze kommen auch beim Kochen geschmacklich zum Tragen. Ob raffinierte Gerichte oder einfaches Rezept - stets runden Kräuter und Gewürze das Gericht ab. Mit speziellen Salzen wie Fleur de Sel, Bamboo Meersalz, scharzem Hawaii Meersalz oder auch Pyramidensalz können Sie auch als Laienkoch Ihre Speisen wie exquisit und individuell abrunden. Bereiten Sie Fleisch, Fisch oder Gemüse mit Hilfe dieser unterschiedlichen Salze einmal anders zu und schmecken Sie den „salzigen" Unterschied.
Im Entgelt: 14,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87450D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 39,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Spargel

Man nennt ihn weißes Gold oder auch essbares Elfenbein. Ihm wird eine entschlackende und aphrodisierende Wirkung nachgesagt.
Sieben Wochen lang bereichert die heimische Sorte unseren Speiseplan: SPARGEL!!!
Auf unterschiedliche Weise bereiten wir Vor-, Haupt- und Nachspeisen aus diesem köstlichen Gemüse zu. Lassen Sie sich überraschen!!!
Im Entgelt: 12,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87452D
Elsbeth Ankrah
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 12.05.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
33,00 Euro

Eltern-Kind-Angebote

Ich lerne kochen

Dieser Kursus ist an Kinder von 8 - 12 Jahren mit Eltern gerichtet. Ihr Kind kommt aus der Schule und hat Hunger. Sie sind aber noch in Ihrem Beruf, möchten aber nicht, dass Ihr Kind etwas Ungesundes isst. An diesem Tag probieren wir einfache und schnelle Rezepte aus, die Ihr Kind mühelos schon mal herstellen kann. Wir kochen z.B. Nudeln mit einer Gemüsebolognese, verschiedene Kartoffelgerichte, wir backen Pizza und stellen auch leckere Desserts her.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87500D
Susanne Hofmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15
11.00-14.00 Uhr, 4 UStd.
23,80 Euro

Einladung zu einem österlichen Brunch

Ostern – ein Fest für die ganze Familie. Jede Menge Deko-Vorschläge und leckere Gerichte wie süße Osterbrötchen mit einer Schokocreme, Osterbäckerei, eine frische Kräuter -Tarte, Gemüse Carpaccio, Rüblimuffins, eine Lachs-Gemüse-Quiche...Allso für jeden etwas dabei. Eltern können mit ihren Kindern (pro Elternteil ein Kind 5 -10 J.) an diesem Tag diese tollen Gerichte herstellen und natürlich auch probieren.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87502D
Susanne Hofmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 22.03.15
11.00-14.00 Uhr, 4 UStd.
23,80 Euro

Heute essen wir Pizza

An diesem Tag backen Sie mit Ihrem Kind verschiedene Pizzen. Wir probieren z.B. eine schnelle Pizza aus Quark-Öl-Teig und dazu unterschiedlicher Belag, eine Pizza aus Hefeteig mit Frischkäse - Räucherlachs..., Spaghetti-Pizza, Kartoffelpizza...natürlich gibt es dazu auch leckeren Salat.- fast wie in Italien!
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87504D
Susanne Hofmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 14.06.15
11.00-14.00 Uhr, 4 UStd.
23,80 Euro

Lust auf süße Kleinigkeiten?

Kennen Sie gebackenen Kuchen im Glas, haben Sie schon mal Cupcakes ausprobiert oder Kuchen am Stiel gegessen? Diese kleinen Minis werden immer beliebter! An diesem Tag können Sie mit Ihrem Kind (5-10 J.) alles ausprobieren und in gemütlicher Runde lassen wir es uns schmecken. Natürlich nehmen die Kinder auch Kostproben mit nach Hause.
Im Entgelt: 7,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87506D
Susanne Hofmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 10.05.15
11.00-14.00 Uhr, 4 UStd.
23,80 Euro

Bei allen Kochkursen ist im Entgelt ein Sachkostenbeitrag von 0,50 Euro pro Ustd. für die Nutzung der Lehrküche enthalten.

Senioren Küche

Seniorenküche – Fit über 60

Für die meisten Menschen ist zwischen 60-65 Jahren das aktive Berufsleben beendet. Oft hat sich auch die Familie verkleinert – Kinder sind aus dem Haus gegangen. Das schafft Freiräume, sich auf Genuss und Lebensfreude zu konzentrieren. Fit über 60 soll durch gesunde Ernährung zu neuem Verhalten anregen. Die Ernährung soll in erster Linie gut schmecken und dann auch noch gesund sein.
Die meisten von uns essen zu viel Fleisch. Man muss aber nicht gleich zum Vegetarier werden. Da gibt es viele kleine Kniffe und Tricks damit das Gesunde eben auch lecker schmeckt. Dazu gehören kleine Umstellungen des Gewohnten: Weniger (Fleisch, tierische Fette) ist Mehr (frisches Gemüse und Obst). Die vegetarische Küche wird auch ein kleiner Bestandteil des Kurses sein. Informationen zu gesunder Ernährung sind selbstverständlich.
Im Kurs lernen Sie Altbewährtes einmal anders zu machen, und vielleicht auch Neues zu schätzen. Wir arbeiten auf der Grundlage der Ernährungsempfehlungen der Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V und verwenden das Kochbuch der Dozentin Frau Gaby Richter: „Das kommt mir auf die Gabel"
Im Entgelt: 5,00 Euro Lebensmittelumlage für den ersten Abend. Für die weiteren Termine ist die Umlage an die Kursleiterin zu entrichten.

Veranstaltung 151-87600D
Gaby Richter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.30-13.45 Uhr, 36 UStd., 100,00 Euro

Veranstaltung 151-87602D
Gaby Richter
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
10.30-13.45 Uhr, 40 UStd., 100,00 Euro

Essen und Trinken

Bierbrauen leicht gemacht

Brauen Sie Ihr eigenes Bier, nach Ihrem Geschmack!
Denn während aus Wasser, Hopfen und Malz durch Maischen, Läutern und Hopfen eine herrliche Bierwürze im Seminar entsteht, bleibt viel Zeit, den Wissensdurst zum Thema Bier zu stillen. Es ist Ihr Bier, ob Sie den Abend bei „Hausgebrauten Bierproben" und einer kleinen Brotzeit „nüchtern, bierernst oder eher bierselig" verfolgen.
Erleben Sie, welche Vorgänge in Gang gesetzt werden müssen, damit Ihr Lieblingsgetränk frisch gekühlt Ihre Kehle hinabrinnen kann.
Das deutsche Reinheitsgebot hat eine lange Tradition. Den Weg von den einzelnen Zutaten zum Bier erlernen Sie an diesen Abend. Die Gerätschaften für den Brauvorgang sind in jeden Haushalt vorhanden. Der Dozent bringt Kostproben verschiedener selbstgebrauter Biere zum Probieren mit.
Im Entgelt: 6,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87700D
Helmut Walczak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 13.03.15
17.45-21.45 Uhr, 5 UStd.
27,00 Euro

Siehe auch:
www.braufreund-helmut.de

Biermenü

Bier ist das beliebteste Getränk der Deutschen! Doch in der Küche wird immer von korrespondierenden Wein gesprochen, aber auch mit Wein ablöschen oder alles mit einem Schluck Wein verfeineren. Das muss nicht sein! Da Bier auch eine sehr passende Ergänzung zum gutem Essen, genauso wie das Verfeineren von Essen. Bei diesem Kochevent werden sie keinen Tropfen Wein zum kochen benutzen, sondern nur unterschiedlichste Biere aus aller Welt und natürlich aus der eigenen Region. Bier ist genauso geschmacksumfangreich wie Wein. Lassen Sie sich überraschen was nicht alles im Bier herzustellen und zu kochen ist, verblüffen Sie Ihre Gäst zum Beispiel bei einem Bier-Bankett!
- Pochiertes Welsfilet aus dem Bierfond
- warme gelierte Rinderkraftbrühe mit Basilikum ein Weizenbierespuma
- besoffenes Wiener Händl

Im Entgelt: 12,00 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87702D
Oliver Skoluda
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 17.00-21.45 Uhr
6 UStd., 37,20 Euro

Siehe auch: www.ollemann.com

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Cocktails Mixen
leicht gemacht!!!
Caipirinha, Pina Colada, Sex on the Beach...!
Sie trinken gerne Cocktails? Wollen diese aber nicht unbedingt und ausschließlich nur in einer Cocktailbar genießen?
Hier lernen Sie die Grundlagen des Cocktailmixens und alles über Zutaten und ansprechendes Dekorieren der Cocktails.
Es wird Ihnen gezeigt, wie man richtig mit Shaker, Blender und Mixer umgeht. Und natürlich bleibt es nicht bei der Theorie!!

Im Entgelt: 13,00 Euro Lebensmittelumlage. Mindestalter 18 Jahre.

Veranstaltung 151-87704D
Mario Kube
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.02.15
18.30-21.45 Uhr, 4 UStd.
29,80 Euro

Veranstaltung 151-87706D
Mario Kube
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 28.04.15
18.30-21.45 Uhr, 4 UStd.
29,80 Euro

Siehe auch: www.rolling-cocktails.de

Europas Weinwelt
Im heutigen Seminar werden Weiß- und Rotweine aus den verschiedensten Anbaugebieten Europas verkostet.
Die Länder der sogenannten „Alten Weinwelt" bieten eine unglaubliche Vielfalt an Rebsorten und Geschmacksrichtungen. Wir werden versuchen, uns einen kleinen Überblick zu verschaffen! Zudem werden wir viele Rebsorten unter anderem Namen wieder finden, die auch in Übersee zu den Topweinen gehören. Lassen Sie sich einfach von der Verschiedenartigkeit und vor allem von der Vielschichtigkeit der Weine Europas überraschen und inspirieren!
Im Entgelt: 15,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87708D
Mario Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 06.02.15
18.30-21.45 Uhr, 4 UStd.
32,30 Euro

Rotwein spezial!
Das Qualitäts- und Geschmacksspektrum bei Rotweinen ist riesengroß und besteht wahrlich nicht nur zwischen den Roten der „Alten Welt" (z.B. Italien, Frankreich, Spanien) und denen aus der „Neuen Welt" (z.B. Chile, Australien, Süd-Afrika). Ein schier unendliches Spektrum gibt es auch zwischen den verschiedenen Rebsorten und Cuvees.
Verschaffen Sie sich einen Überblick über die wichtigsten Weinstile und verkosten Sie einige repräsentative Rebsorten bekannter Anbaugebiete aus Europa und Übersee.
Im Entgelt: 16,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87710D
Mario Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 23.01.15
18.30-21.45 Uhr, 4 UStd.
33,30 Euro

Sekt, Prosecco und Co
Hier prickelt es!!
Wie werden sie hergestellt und was ist der Unterschied zwischen Champagner, Sekt, Cremant, Cava und Prosecco? Auf die Fragen werden wir eingehen und uns einen Überblick über die verschiedenen Herstellungsmethoden und Grundweine verschaffen. In allen weinerzeugenden Ländern werden auf verschiedene Arten und Weisen schäumende Tropfen produziert. Aber gibt es wirklich Unterschiede? Sie werden es an diesem Abend testen!
Im Entgelt: 16,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87712D
Mario Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 29.05.15
18.30-21.45 Uhr, 4 UStd.
33,30 Euro

Wein und Käse
Die Vielfalt der verschiedenen Weine ist immens, ebenso die des Käses. Innerhalb einer Region oft ein Genuss. Aber auch Länder übergreifend lassen sich aus verschiedenen Rebsorten und verschiedenen Käsesorten (Kuh-, Schaf- oder Ziegenmilch) fantastische Kombinationen „erschmecken". Sie erfahren bei der Weinverkostung nicht nur alles über die verschiedenen Weinstile, sondern Sie testen auch welche Weine zu welchen Käsesorten optimal passen. Es gibt mit Sicherheit Überraschungen!
Im Entgelt: 17,50 Euro Lebensmittelumlage.

Veranstaltung 151-87714D
Mario Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 27.03.15
18.30-21.45 Uhr, 4 UStd.
34,30 Euro

Bei allen Kochkursen ist im Entgelt ein Sachkostenbeitrag von 0,50 Euro pro Ustd. für die Nutzung der Lehrküche enthalten.

Gefäße für evtl. Reste bitte mitbringen! Mineralwasser wird gestellt.

Rücken stärken und emotionale Durchhänger abwehren

Möchten Sie Ihr Gleichgewicht verbessern? Hoffen Sie, die Verspannung in den Schultern lösen zu können?
In dieser Veranstaltung erlernen wir einfache körperbezogene Übungen, welche die Wirkungen unterschiedlicher Belastungen auf unser geistiges und körperliches Wohlbefinden ausgleichen. Wir befassen uns damit, wie wir uns mit leichten Körper- und Atemübungen selbst nachhaltig stärken können.

Vortrag
Veranstaltung 151-82013
Nicole Schmied
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 22.04.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Kommunikation mit Demenzkranken

Demenzkranke fordern unsere Emotionen heraus, wir können sie nur noch über das Gefühl erreichen. Kommunikation mit Demenzkranken gestaltet sich schwierig, weil sie sich nicht am logischen Denken orientiert. Es gibt viele Möglichkeiten, die verbliebenen Fähigkeiten der Erkrankten so lange wie möglich zu erhalten. Ziel ist es, den mit der Betreuung von Demenzkranken befassten Personen eine systematisch entwickelte Hilfe zur Betreuung und Beratung zu bieten. Sie dient auch zur Information von Erkrankten. Der Vortrag richtet sich insbesondere an Pflegekräfte, Angehörige und andere Betreuende.

Vortrag
Veranstaltung 151-82015
Mechthild Ondrusch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 19.03.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Sucht nach Zucker – Was kann ich tun?

Leiden Sie auch unter Heißhungerattacken auf Süßes? Verzweifeln Sie manchmal an Ihrem Appetit auf Schokolade, Kuchen, Eis und Co.? Der unabweisbare Appetit auf Süßigkeiten kann zum schlechten Gewissen, zu Abgeschlagenheit, Stimmungsschwankungen, Übergewicht und langfristig auch zu Krankheiten führen.
An diesem Abend werden sie erfahren, wie es zu Zuckersucht kommt und wie man sich so ernähren kann, dass der Ausstieg aus der Abhängigkeit von Zucker und Weißmehl langfristig gelingt. Die Heilpraktikerin Tina Köster zeigt Ihnen Möglichkeiten der naturheilkundlichen Selbsthilfe und Anwendung auf.

Vortrag
Veranstaltung 151-82101
Tina Köster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 02.02.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

„Nur für mich" – Ein Tag für Frauen

Wohlbefinden ist die Basis, auf der die Gesundheit aufbaut. Nicht nur körperliches, sondern auch seelisches Wohlbefinden tragen entscheidend dazu bei, ob sich Frau gesund fühlt, gesund ist und es bleibt.
An diesem „Nur für mich"-Tag genießen und erleben Sie kleine Einheiten aus der traditionellen chinesischen Medizin mit Entspannungsübungen, Fuß- und Handmassage und eine Ohrkerzenzeremonie. Darüber hinaus gibt es rund um die körperliche Frauengesundheit, naturheilkundliche Tipps und Dinge zum Ausprobieren von der Heilpraktikerin Tina Köster.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie für sich ein Kissen, Decke, warme Socken mit.
Zusätzlich zum Entgelt sind 8,50 Euro für Materialien an die Kursleiterin zu zahlen.

max. 12 Frauen
Veranstaltung 151-82109D
Tina Köster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15, 9.30-15.30 Uhr
7 UStd., 28,00 Euro

Frauengesundheitstag

Einen Sonn(en)tag nur für sich zu haben, das wünschen sich in unserer heutigen reizüberfluteten Zeit gerade auch viele Frauen.
In dieser Veranstaltung werden Frauen daran erinnert, dass es völlig in Ordnung ist, achtsam mit sich umzugehen und die Balance im Alltag zu finden. Neben der Progressiven Muskelentspannung, Phantasiereisen und kleinen Massageübungen begleiten Achtsamkeitsübungen diesen Frauengesundheitstag. Ebenso erfahren Frauen, wie sie Hilfe durch die feinstoffliche Welt (Farben, Düfte, Blütenessencen) erfahren können.
Praktische Tipps, was frau sonst noch für Gesundheit und Wohlbefinden tun kann, runden das Programm ab.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Decke und warme Socken mit.
Bei gutem Wetter findet ein kurzer Yoga-Spaziergang statt – bitte achten Sie deshalb auch auf wettergerechte Kleidung und festes Schuhwerk.

max. 12 Frauen
Veranstaltung 151-82111D
Ingeborg Bartsch-Seeliger/Anke Ferlemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 08.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 42,00 Euro

Alternative Medizin

Selbsthypnose – Mentaltraining: Workshop

Selbsthypnose ist eine für jedermann nutz- und erlernbare hocheffektive Methode, das Leben selbstbestimmt und zielorientiert zu gestalten. Entdecken Sie Ihre ganz individuelle Quelle der Kraft zur Veränderung – Ihre Gedanken! Sie erlernen ein Schnellverfahren für eine zielgerichtete Trance. Nach einer Vertiefungsübung ist für viele auch eine mitteltiefe Trance erreichbar. Vorher erfolgt eine individuelle Zielformulierung mit allen Sinnen im Bereich Verhaltensveränderung (z.B. Motivationssteigerung, Entspannung, Gesundheit). Sie nehmen konkrete Schritte mit, wie Sie selbständig damit arbeiten.
Der Dozent ist ausgebildet in Coaching, NLP, befehlender und erlaubender Hypnose.
Vorinformation für die Teilnehmer über **www.selbsthypnose-workshop.de**

Veranstaltung 151-82201D
Markus Wollschläger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Veranstaltung 151-82203D
Markus Wollschläger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Veranstaltung 151-82205D
Markus Wollschläger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 04.07.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Hypnose bei chronischen Schmerzen

Das Seminar beinhaltet immer zu Anfang einen Gesprächsteil.
Wir besprechen Themen wie folgt:
- Aufklärung über Hypnose und wie Hypnose auf den Schmerz einwirken kann
- Erlernen von Selbsthypnose (z.B. hilfreich bei der Schmerzkontrolle)
- Biologische Grundlagen von Schmerz, psychische Faktoren, die Schmerzen beeinflussen, die Macht der Gedanken

Themen der hypnotischen Tiefenentspannung sind:
- Schmerzreduktion
- Umgang mit Erschöpfungszuständen
- Umgang mit Stimmungslagen

Die Dozentin ist ausgebildete Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Hypnosetherapeutin.
Bitte bequeme Kleidung tragen und Kuscheldecke, Kissen und dicke Socken mitbringen. Dem Seminar geht ein telefonisches Erstgespräch voraus.

Veranstaltung 151-82207D
Fine Anders
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 10.00-12.15 Uhr
Dienstag, 24.02.15, 10.00-12.15 Uhr
Dienstag, 03.03.15, 10.00-12.15 Uhr
Dienstag, 10.03.15, 10.00-12.15 Uhr
Dienstag, 17.03.15, 10.00-12.15 Uhr
15 UStd., 60,00 Euro

Kopfschmerzen ganzheitlich betrachtet

Dieser Vortrag erläutert einführend einige Kopfschmerzarten, zeigt Hauptfaktoren auf, die Kopfschmerzen verursachen können, und vermittelt Informationen zu ganzheitlichen Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten. Ziel dieses Vortrags ist es, Ihnen einen Einblick in die Funktionsweise ganzheitlicher Heilmethoden zur Behandlung von Kopfschmerzen zu geben.
Ganzheitlich bedeutet vor allem Stärkung der natürlichen Selbstheilungskräfte des Körpers, aber auch Berücksichtigung von Lebenssituationen und Faktoren, die diese beeinflussen (Stress, Ernährung, Lebensgewohnheiten, Beschwerden aller Art etc.).
Dabei geht es vorrangig nicht um einen Vergleich Schulmedizin – natürliche oder ganzheitliche Therapie –, sondern um eine weitere Diagnose- und Behandlungsoption, denn auch ein Miteinander der Therapien ist möglich.

Veranstaltung 151-82209
Barbara Priggemeier
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 10.02.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 5,00 Euro

Ayur-Veda für jeden Tag

Ayur-Veda bietet viele praktische Verfahren an, alle im Menschen innewohnenden Kräfte ins Gleichgewicht zu bringen. Im Alltag kann jeder das Ayur-Veda-Wissen praktisch anwenden. Daher werden Sie in diesem Seminar aufbauend auf einer kurzen Zusammenfassung der wichtigsten Grundprinzipien und Ziele des Ayur-Veda und dem Wissen über die 3 Grundkonstitutionstypen vor allem bedeutende praktische Heilansätze kennen lernen:

* Ayur-vedische Tagesroutine, Lebensstil und Geist-Körper-Fitness
* Ayur-vedische Ernährung
* Erleben der sehr harmonisierenden alt-indischen Gandharva-veda-Musik
* Atem-, Yoga- und Stilleübungen
* Praktische Tipps für ein ayurvedisches Fitnesswochenende und wöchentlichen Entschlackungstag

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Wolldecke und ein kleines Kissen.

Veranstaltung 151-82211D
Franz Homann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 01.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Entgiften mit Schüssler-Salzen

Frühjahr und Herbst sind die Jahreszeiten, in denen der menschliche Körper vermehrt ausscheiden kann, was ihn belastet.
Ob eine unausgewogene Ernährung oder chronische Erkrankungen die Ursache sind: eine Entgiftung erleichtert den Organismus und gibt neue Kraft und Energie.
Mit Hilfe der Schüssler-Salze kann die Entgiftung im Frühjahr sehr effektiv unterstützt werden.
In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Schüssler-Salze wirken und wie Sie diese sicher anwenden.
Als Heilpraktiker erläutere ich Ihnen, was ich unter „Entgiftung" verstehe und wie Sie Schüssler-Salze dabei unterstützen. Im Anschluss bleibt genügend Zeit für Ihre Fragen.

Vortrag
Veranstaltung 151-82213
Daniel Pawlak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15, 19.15-20.45 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Allergie in der Naturheilkunde

Viele Menschen leiden unter Allergien. Meist äußert sich dies als Heuschnupfen oder Lebensmittelunverträglichkeit. Bei diesem Vortrag lernen Sie die naturheilkundliche Betrachtung des Allergiegeschehens kennen:
Wodurch kann es zu Allergien kommen und was kann ich selbst dagegen tun?
Als Heilpraktiker gebe ich Ihnen Tipps und Empfehlungen, wie Sie Allergiesymptome mildern und eventuell vorbeugen können.
Im Anschluss bleibt genügend Zeit für Ihre Fragen.
Vortrag
Veranstaltung 151-82215
Daniel Pawlak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 24.03.15, 19.15-20.45 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Die Schilddrüse ganzheitlich behandeln

An diesem Abend geht es um Alternativen und Ergänzungen zur konventionellen Behandlung von Erkrankungen der Schilddrüse. Der psychosomatische Aspekt soll dabei besondere Beachtung finden. Welches krankmachende Bewusstsein liegt Schilddrüsenerkrankungen zu Grunde und wie kann man hier ansetzen? Der Vortrag wird ergänzt mit Fallbeispielen aus der homöopathischen Praxis und einfachen praktischen Übungen.
Bitte Stift und Papier für Notizen mitbringen. Um Anmeldung wird gebeten

Vortrag
Veranstaltung 151-82217
Olaf Quiring
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

Heil- und Wildkräuterkunde

Mai-Spaziergang durch Dortmund-Mengede

Gebräuchlichste Heilkräuter werden in der Natur nicht wahrgenommen, obwohl sie da sind: Schafgarbe, Bibernelle, Giersch, Schöllkraut. Im städtischen Mengede finden wir sie und andere. Wir laufen über Straßen und Wege, bleiben viel stehen, beobachten und staunen ohne zu ernten.
Was kann zu Tee getrocknet werden, was täglich zur Basenanreicherung gegessen werden? Gibt es heilende Bitterstoffe und wo? Wann und wie kann gesammelt werden? Am Rande wird auf das Wesen von Pflanzen und Bäumen eingegangen.

Exkursion
Veranstaltung 151-82219D
Karin Wirsching
Mengede
Treffpunkt: Dortmund-Mengede
Vor dem Amtshaus, Am Amtshaus 1
Sonntag, 17.05.15, 14.00-16.30 Uhr
3 UStd., 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Gewürzheilkunde

Gewürze wurden seit Jahrtausenden für die Kosmetik, aber auch als Antibiotikum und zum Desinfizieren der Häuser und Ställe verwendet.
Im Ayurveda, dem über 5000 Jahre alten Wissen vom Leben haben Ärzte mit Gewürzen geheilt, das Gewicht ihrer Patienten reduziert, zu besserem Schlaf, aber auch zu mehr Vitalität verholfen. Begeben Sie sich auf eine Reise der Sinne!

Vortrag mit Praxisteil
Veranstaltung 151-82221
Helga Rietig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 28.04.15, 18.00-21.00 Uhr
4 UStd., 7,00 Euro

Die Klassische Homöopathie

An diesem Vortragsabend sollen die Grundprinzipien der klassischen Homöopathie erläutert werden (Ähnlichkeitsprinzip, Potenzierung, Wirkweise etc.), deren Ursprung auf den Arzt Dr. Hahnemann zurückgeht.
Die klassische Homöopathie wird als eigenständige und ganzheitliche Therapiemethode, besonders auch zur Behandlung chronischer Erkrankungen wie z.B. Allergien, Migräne, Erkrankungen der inneren Organe und des Bewegungsapparates, Hautkrankheiten, sowie endokriner Störungen usw. vorgestellt. Fallbeispiele aus der Praxis zeigen, wie die klassische Homöopathie Krankheiten lindern und heilen kann.
Anmeldung erforderlich.

Vortrag
Veranstaltung 151-82223
Hildegard Klingberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 03.03.15, 20.00-21.30 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro

AD(H)S – Verhaltensauffällige Kinder homöopathisch begleiten

Die Geschichten vom Struwwelpeter und von Pippi Langstrumpf kennen viele. Diese Kinder, die aus dem Rahmen fallen, gab es schon immer. Heutzutage werden Kinder, die sehr aktiv, laut oder vielleicht auch aggressiv sind und ihre Eltern und Erzieher zur Verzweiflung treiben immer häufiger mit der Diagnose AD(H)S „abgestempelt". Was ist los mit diesen Kindern? Wie können wir diesen Kindern helfen?
Welchen Beitrag leistet die Klassische Homöopathie, um diese Kinder individuell zu stabilisieren und sie in ein ganzheitliches Gleichgewicht zu führen?

Vortrag
Veranstaltung 151-82225
Nicole Schmied
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 11.02.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro
Anmeldung erforderlich.

Bioelektronische Funktionsdiagnose nach Prof. Dr. Voll

Über das Blutbild erhält man nur die Information, was alle Organe im Zusammenspiel bewirken, aber nicht, wie es einzelnen Organen geht. Mit der Bioelektronischen Funktionsdiagnose nach Prof. Dr. Dr. Voll kann man dagegen sehr früh erkennen, ob Entzündungen, Organschädigungen oder Degenerationen ablaufen. Anschließend wird gezielt therapiert.
Da selbst kleinste Fehlsteuerungen im Körper sichtbar gemacht werden, ist sie auch im Anti-Aging-Bereich interessant und kann sogar psychosomatische Störungen nachweisen. Die Heilpraktikerin Helga Rietig stellt das Verfahren vor und berichtet über Einsatzmöglichkeiten und Therapieerfolge.

Veranstaltung 151-82227
Helga Rietig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 12.05.15, 18.00-21.00 Uhr
4 UStd., 7,00 Euro,
Anmeldung erfoderlichich

Kosmetika nach den eigenen Bedürfnissen selbst herstellen

In der Regel wissen wir nicht, was sich hinter der Auflistung der vielen fremd klingenden, oft sehr klein geschriebenen Inhaltsstoffe auf den Verpackungen verbirgt. Sind allergie- oder krebserregende Substanzen dabei? Wie verhindert eigentlich die Industrie, dass unsere Cremes nicht schlecht werden, obwohl wir manchmal mit ungewaschenen Fingern hinein langen? Durch welche Konservierungsstoffe ist das möglich? Gibt es Pflanzen, die seit Jahrhunderten genau auf diese Fragen schon längst eine natürliche Antwort haben und nur in Vergessenheit geraten sind? Ja, es gibt sie! Für alles ist ein Kraut gewachsen, man muss es nur kennen. Wir werden unsere eigene Pflegecreme herstellen, aber nicht nur das. Sie bekommen Informationen über antibakteriell wirkende Pflanzen. Schüssler-Salze, die das Hautbild verbessern und duftende ätherische Öle werden wir in unsere Creme einarbeiten. Am Ende des Kurses können Sie Ihre erste selber gemachte Pflege selbstverständlich mit nach Hause nehmen. 10,00 Euro Materialkosten sind vor Ort zusätzlich bei der Dozentin zu entrichten.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-82229D
Helga Rietig
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 20.06.15, 13.00-16.00 Uhr
4 UStd., 18,00 Euro

Ernährungsfragen und Gewichtsreduktion

Fasten für Gesunde

Fasten ist kein Hungern. Wer richtig fastet, hat keinen Hunger und fühlt sich von Tag zu Tag wohler. Fasten bringt uns auf gute Gedanken, es verbessert den Stoffwechsel und die Pfunde schmelzen. Aber Fasten ist nicht nur Abspecken: denn im Fasten nehme ich die Esslust eine Zeit lang nicht so wichtig und so stellt sich mehr Gesundheit und Lebensfreude ein. Im Mittelpunkt der Fastenwoche stehen:
Entschlackung, Heiltees, Leberwickel, Entspannung, Bewegung
Ihr erster Fastentag ist der 06.03.15. Am letzten Termin findet ein gemeinsamer Fastenschmaus statt.
10,00 Euro für Getränke und Lebensmittel sind an die Kursleiterin zu zahlen.

Veranstaltung 151-82303D
Tina Köster
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Vorbesprechung:
Dienstag, 24.02.15, 18.45-21.15 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.45-12.00 Uhr
Dienstag, 10.03.15, 19.30-21.00 Uhr
Treffpunkt: Rombergpark
Donnerstag. 12.03.14, 18.15-19.45 Uhr
Freitag, 13.03.15, 19.30-21.00 Uhr
13 UStd., 58,00 Euro

Frühjahrsputz – Entgiftung und Gewichtsregulierung mit Basenfasten

Richtig und umsichtig durchgeführt ist Basenfasten eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Beim Basenfasten ist Essen erlaubt und durch das gleichzeitige Entgiften und Entschlacken fühlen Sie sich bald nicht nur leichter, sondern auch wohler, vitaler und ausgeglichener. Zusätzliche Kosten von 10,00 Euro für Getränke und Lebensmittel sind zum Entgelt an die Kursleiterin zu zahlen. **Im Mittelpunkt der 10-tägigen Kur stehen:**

- Basische Ernährung
- Maßnahmen zum Entgiften und Ausleiten
- Entspannung, Selbstmassage
- Säure-Basen-Balance im Alltag integrieren

Vorbesprechung:
Mittwoch, 25.02.15, 9.30-11.45 Uhr

Veranstaltung 151-82305D
Tina Köster
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mittwoch, 25.02.15, 9.30-11.45 Uhr
Montag, 09.03.15, 11.15-13.00 Uhr
Mittwoch, 11.03.15, 9.30-11.15 Uhr
Freitag, 13.03.15, 9.30-11.15 Uhr
10 UStd., 45,00 Euro

Entgiften und Entschlacken in den Wechseljahren

Der Begriff Wechseljahre beschreibt einen wichtigen und ganz normalen Zeitraum im Leben einer Frau. Allerdings stellt unsere westliche Lebensweise, wie z.B. säureüberschüssige Ernährung, eine hohe Belastung für den Körper dar.
Je verschlackter der Organismus einer Frau ist, desto stärker können die Beschwerden während der Wechseljahre sein.
Häufige Symptome sind Schlaflosigkeit, Energieverlust, Hitzewallungen, Kopfschmerzen, Nervosität, Stimmungsschwankungen und Depressionen.
In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit Heil- und Nahrungspflanzen Ihren Körper entgiften und entschlacken können, um Platz zu schaffen für mehr Kreativität und Wohlbefinden in den Wechsel- / Wandeljahren.

Veranstaltung 151-82307
Ingeborg Bartsch-Seeliger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 27.02.15, 17.00-19.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Entspannung, Stressbewältigung und Meditation

Wann ist Gesundheitsbildung förderfähig?

Für manche gesundheitsbildende und -fördernde Kursangebote übernehmen die Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen teilweise oder ganz die Teilnahmegebühren.
Voraussetzung für eine Förderung ist eine regelmäßige Teilnahme (mindestens 80%).
Förderfähig können Veranstaltungsangebote sein, die folgenden Präventionsprinzipien zuzuordnen sind:

- Förderung von Stressbewältigungskompetenzen
- Förderung von Entspannung

Die Förderung je Präventionsprinzip erfolgt durch die Krankenkassen als einmalige Impulsmaßnahme.
Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung, welche Veranstaltungen gefördert werden.

Gelassen und sicher im Stress

Der berufliche und persönliche Alltag ist in der Regel fordernd, manchmal belastend oder sogar überfordernd. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie Methoden zur besseren Körper- und Selbstwahrnehmung kennen, die insgesamt zu mehr Gelassenheit und Ruhe im Umgang mit beruflichen und persönlichen Stresssituationen führen. Es wird Ihnen eine Einführung in die Stresstheorie gegeben, so dass Sie erkennen, was in welcher Weise zu körperlicher und psychischer Anspannung führt. Durch die Anwendung gezielter Übungen der Progressiven Muskelentspannung und Achtsamkeit werden Sie in die Lage versetzt, diese Anspannung kontinuierlich abzubauen. So können Sie Ihren beruflichen und privaten Herausforderungen angemessen begegnen. Das Seminar ist in NRW als Bildungsurlaub anerkannt. Auf Wunsch wird ein ausführliches Seminarprogramm zugeschickt.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-83001D
Barbara Frien
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 23.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 24.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 25.03.15, 9.30-16.30 Uhr
24 UStd., 120,00 Euro
Bildungsurlaubsberechtigte melden sich bitte bis 23.02.15 an – sonstige Anmeldung bis 16.03.15

Stressprophylaxe, Konzentrationstraining & Selbstmanagement

Sie sind im Job häufig Stress und Hektik ausgesetzt? In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, wie Sie Stresssituationen körperlich und seelisch gelassen und erfolgreich mit westlichen und östlichen Entspannungsverfahren meistern können.
Denn der Anspannung (Yang) muss Entspannung (Yin) folgen, damit Sie glücklich und leistungsfähig bleiben.
Der Bildungsurlaub hat das Ziel, Ihnen folgende Entspannungsverfahren und deren Techniken näher zu bringen: Autogenes Training, Progressive Entspannung nach Jacobsen, Fußreflexzonenmassage, Qi Gong, und Shiatsu.
Bitte eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-83003D
Christina Gott-Jabby
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mo-Do, ab 27.04.15, 9.30-16.00 Uhr
32 UStd., 160,00 Euro
Bildungsurlaubsberechtigte melden sich bitte bis zum 30.03.15 an – übrige Anmeldung bis 20.04.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 152-83000D
Christina Gott-Jabby
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mo-Fr, ab 21.09.15, 9.30-16.00 Uhr
40 UStd., 200,00 Euro
Bildungsurlaubsberechtigte melden sich bitte bis zum 24.08.15 an – übrige Anmeldung bis 14.09.15

Durch Stressmanagement gesund & leistungsfähig bleiben

Die heutigen Formen der Arbeit fordern zunehmend mehr Selbstverantwortung. Bei vielen Menschen führt dies zu Stress- und Burnout-Symptomen. Für ein vitales (Berufs-)Leben ist daher ein verantwortungsbewusster Umgang mit den eigenen Ressourcen von zentraler Bedeutung.
Niemand kann Stress auslösende Faktoren komplett aus seinem Leben verbannen, aber: Mit professionellem Stressmanagement gelingt es, die Balance zwischen Spannung und Entspannung zu finden. Sie ermitteln Ihren Stress-Typ anhand eines Tests und erlernen Techniken zur Verringerung Ihrer persönlichen Stressoren.

1. Entstehung und Wirkung von Stress
2. Abbau von Stress
3. Sport, Ernährung, Entspannungstechniken
4. Zeit- und Selbstmanagement
5. Vereinfachung nach der Simplify-Methode
6. Umgang mit Konflikten
7. Optimierung der eigenen Kommunikation.

Ein ausführliches Script wird bei dem Dozenten zu Beginn der Veranstaltung für ca. 5,00 Euro zu erwerben sein.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-83005D
Andree Schallehn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 04.05.15, 9.30-15.45 Uhr
Dienstag, 05.05.15, 9.30-15.45 Uhr
Mittwoch, 06.05.15, 9.30-15.45 Uhr
21 UStd., 105,00 Euro
Bildungsurlaubsberechtigte melden sich bitte bis 06.04.15 an – sonstige Anmeldung bis 27.04.15

Effektive Methoden im Stressmanagement

In dem Seminar werden wir zuerst das Thema Stress genauer beleuchten. Anschließend erarbeiten wir uns die wichtigsten theoretischen Grundlagen und Techniken der verschiedenen Entspannungsverfahren als Mittel effektiver Selbsthilfe für die Erhaltung der eigenen Gesundheit. Im praktischen Teil wird gezeigt, wie emotionale Stressbelastung gezielt abgebaut werden kann. Ziel des Seminars ist die effektive Bewältigung von Stresssituationen und die Stärkung eigener Ressourcen für den Arbeitsalltag.
Bitte Schreibutensilien und bequeme Kleidung mitbringen.
Bildungsurlaubsberechtigte bitte bis 25.05.15 anmelden – sonstige Anmeldung bis 15.06.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-83007D
Alfred Ludwig
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Montag, 22.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 23.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 24.06.15, 9.30-16.30 Uhr
24 UStd., 120,00 Euro

MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction

Das 8-Wochen Trainingsprogramm nach Prof. Dr. Kabat-Zinn
Das Erlernen von Achtsamkeit ist eine wirkungsvolle Methode Stress an der Wurzel zu beheben. Durch die Kultivierung von Achtsamkeit erlangen Sie Kraft, Zufriedenheit, Ausgeglichenheit, Lebensfreude, Spontaneität und positive Gedanken. Achtsamkeit steigert sowohl die Arbeitsfähigkeit als auch das psychische und körperliche Wohlbefinden. Es stärkt das Immunsystem und macht Sie resistenter gegen negative Stressoren.
Kursinhalte im einzelnen:
- Achtsamkeitsübungen im Liegen, Sitzen und Gehen,
- sanfte, einfache Übungen aus dem Yoga,
- achtsamer Umgang mit Stress, belastenden Gefühlen und Gedanken,
- verschiedene Schwerpunktthemen zum Thema Stress und schwierigen Emotionen.

Drei Anleitungen und ein Arbeitsheft für die Übungen für zu Hause erhalten Sie im Kurs und sind in der Kursgebühr enthalten.
Vor Kursbeginn ist ein Vorgespräch mit der Dozentin zu vereinbaren.
Der Kurs ist durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention" als Gesundheitskurs anerkannt worden, somit kann Ihnen in der Regel das Entgelt anteilig durch Ihre Krankenkasse erstattet werden.

Veranstaltung 151-83011D
Diana Reiter
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Donnerstag, ab 22.01.14
17.30-20.00 Uhr, 34 Std.
193,00 Euro

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Das 8-Wochen Trainingsprogramm nach Prof. Dr. Kabat-Zinn
Wir leben in hektischen Zeiten. Das Tempo ist hoch, die Anforderungen im Beruf und persönlichen Leben sind es auch. Wir wissen: Stress kann krank machen. Aber soweit muss es nicht kommen. MBSR (mindfulness based stress reduction) ist ein Selbsthilfeprogramm, das der Mediziner Dr. Kabat-Zinn vor 30 Jahren entwickelt hat. Es ist eine wissenschaftlich anerkannte und wirksame Methode zur Stressbewältigung. MBSR ermöglicht es Ihnen, im Alltag gelassener und souveräner mit Belastungen in Beruf, Familie oder mit Krankheit umzugehen. Durch Körperwahrnehmungs- und Yoga-Übungen sowie Geh- und Sitzmeditationen lernen Sie körperlich und mental präsent zu sein. **Mitzubringen: eine Decke, ein Kissen, sowie bequeme Kleidung.**
Ein persönliches Vorgespräch (telefonisch) zur Vorbereitung ist erforderlich.
Die Kosten für ein umfassendes Script sind im Entgelt enthalten.
Der Kurs ist durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention" als Gesundheitskurs anerkannt worden, somit kann Ihnen in der Regel das Entgelt anteilig durch Ihre Krankenkasse erstattet werden.

Veranstaltung 151-83015D
Sabine Henke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.14
17.15-19.45 Uhr, 34 Std.
193,00 Euro

Veranstaltung 151-83017D
Sabine Henke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Donnerstag, ab 16.04.14
1 x Samstag, 30.05.14, 10.00-15.30 Uhr
17.30-20.00 Uhr, 34 Std.
193,00 Euro

Achtsamkeitsbasiertes Entspannungstraining gegen Schmerzen

Wollen Sie Schmerzen vorbeugen oder Dauerschmerzen lindern?
In diesem Seminar lernen Sie erprobte Entspannungsmethoden aus der achtsamkeitsbasierten Schmerztherapie kennen.
Das Achtsamkeitstraining beruhigt das gesamte geistige, körperliche, emotionale und nervliche System und bringt es ins Gleichgewicht.
Sie bekommen eine Einführung und Anleitung für folgende Übungen:
- Atemgewahrsein zur Schmerzlösung
- Body-Scan mit dem Ziel der Entspannung schmerzender Körperregionen
- Achtsame Übungen im Liegen

Dem Kurs ist eine kostenlose Schnupperstunde am 19.01.15 vorgeschaltet, auch hier wird aber um Anmeldung gebeten.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein kleines Kissen.

Veranstaltung 151-83020D
Monika Scharmacher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Veranstaltung 151-83021D
Monika Scharmacher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 12 UStd.
54,00 Euro

Veranstaltung 151-83023D
Monika Scharmacher
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Montag, ab 13.04.15
18.00-19.30 Uhr, 12 UStd.
54,00 Euro

Stress beginnt im Kopf – Gelassenheit auch

Stress ist – so scheint es – allgegenwärtig. Wie kommt es aber, dass verschiedene Menschen in ähnlichen Situationen völlig anders reagieren? Warum „hat" Person A Stress und Person B nicht? Was macht Optimisten und Pessimisten aus? Wie kann man es schaffen, sich von dysfunktionalen Gedankenmustern zu befreien?
Der Referent geht der Frage nach, wie ungesunder Stress überhaupt entsteht und welche „Schalter" man umlegen kann, um zukünftig mehr Gelassenheit zu gewinnen. Dabei werden die beruflichen Stressfaktoren besonders intensiv behandelt.

Vortrag
Veranstaltung 151-83025
Christa Zaremba-Rüdiger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 27.04.15, 19.30-21.15 Uhr
2 UStd., 5,00 Euro
Anmeldung erforderlich

Innerlich ausgeglichen und stressfrei mit EFT

Viele Menschen sind in der heutigen Gesellschaft stark gefordert. Innere Ungleichgewichte und Stress können die Folge sein.
Achten wir nicht auf einen Ausgleich können auch körperliche Symptome als Folge von Stress und inneren Ungleichgewichten auftreten.
Eine wirkungsvolle Methode dies vorzubeugen ist EFT (Emotional Freedom Techniques).
In diesem Workshop lernen sie die Grundlagen dieser Technik kennen und wie sie anzuwenden sind. EFT gehört zu den Klopfakupressuren und bezieht sich auf die Energie- und Meridianlehre der Traditionellen Chinesischen Medizin.
Im ersten Abschnitt des Workshops werden theoretische Grundlagen der Meridianlehre und der Klopfakupressur durch den Heilpraktiker Daniel Pawlak vermittelt, im zweiten Abschnitt wird die Durchführung der Methodik praktisch eingeübt.
Zum Abschluss bleibt Zeit und Raum für die Bearbeitung eigener Themen.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Wolldecke mit.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83027D
Daniel Pawlak
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 19.04.15, 11.00-16.15 Uhr
7 UStd., 28,00 Euro

Klopfe Dich stressfrei

Neue Wege zu mehr Gelassenheit
Viele Menschen sind auf irgendeine Art gestresst. Unser Leben lässt uns oft unter Strom stehen und wir finden kaum Momente der Ruhe. Die Folgen sind Erschöpfung, Schlafstörungen, Nervosität und Hektik. Unser Energiesystem im Körper ist im Ungleichgewicht. Das kann zu seelischen und körperlichen Beschwerden führen.
Die Klopfakupressur wurde in den 1990er Jahren entwickelt und nutzt die seit 5000 Jahren bekannten chinesischen Meridiane. Durch das Beklopfen oder Berühren ausgewählter Meridianpunkte kann das Energieungleichgewicht aufgehoben werden.
Damit finden Sie Wege zu mehr Gelassenheit, Ruhe und Vertrauen in Ihre Persönlichkeit. Sie erkennen die Ursachen für Ihren Stress und können Ausgleichsstrategien entwickeln.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83029D
Barbara Frien
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Welche Rolle spielen Träume bei der Stressprävention?

Die zentralen Belastungsfaktoren (Termin- und Leistungsdruck, Arbeitsunterbrechungen, Multitasking) machen vor kaum einem Mitarbeitenden halt. Kommen hier noch persönliche Faktoren wie Perfektionsstreben hinzu, verursacht dies Stress und kann im Extremfall zum Burnout führen. Hier setzt das Kurzseminar an um u.a. durch praktische Übungen in Erinnerung zu rufen, wie wir auf einfache Art Kraft holen können, mit Mitteln, die uns die Evolution mitgegeben hat. Dazu zählen Atem, Achtsamkeit, aber auch die Träume. Träume sind fester Bestandteil unseres Schlafes, der das A und O für die alltägliche Erholung ist. Träume helfen
- den Zugang zum Unbewussten zu finden
- das Tagesgeschehen „zu verdauen" um damit die Psyche zu entlasten.
- Aufschluss darüber zu geben, was den Stress auslöst (Kausalität).
- Wege aufzuzeigen, wie der Stress faktor zu beseitigen ist (Finalität).

Veranstaltung 151-83031
Marlies Grasmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 25.02.15, 18.30-21.30 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

Ein Tag nur für mich

Mit Hilfe von Körper- und Atemübungen sowie geführten Meditationen und Fantasiereisen können die Teilnehmenden wieder zu sich selbst finden und Zugang zu ihrer inneren Stimme und Führung bekommen.

Sie lernen, ihre verborgenen Fähigkeiten und Stärken zu erkennen und gewinnen die Kraft, ihren Alltag mit Gelassenheit zu bewältigen.Die wachsende Ich-Stärke und Lebensfreude lässt sie entspannter das Leben genießen.
Durch das Erlernen von kurzen, leicht anzuwendenden Entspannungs- und Visualisierungsübungen haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich durch kleine Pausen den Alltag stressfreier zu gestalten. **Bitte bequeme Kleidung, eventuell eine Decke, Socken, eine Isomatte und ein kleines Kissen mitbringen.**

Veranstaltung 151-83041D
Christel Hauske
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Medizinisch empfohlen: Mentales Stressmanagement

In der Medizin weiß man heute, dass Druck, Ärger und Stressbelastungen krank machen. Negative Gefühle und Gedanken, wie der tägliche Druck, die Belastungen, die Ärgernisse im Alltag können auf Dauer Herzinfarkt, Krebs und Diabetes auslösen. Stress verbraucht Energie, schwächt das Immunsystem, erhöht den Blutdruck, setzt freie Radikale im Körper frei, aktiviert die Blutgerinnung. Oft können wir Situationen nicht ändern. Wir können aber entscheiden, wie sehr sie uns belasten. Stress entsteht im Kopf. Durch unser Denken können wir die Stressbelastungen entscheidend reduzieren. Im Seminar lernen Sie, wie Stress entsteht und wie er im Körper wirkt sowie einfach anwendbare und effektive Methoden.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83055D
Christa Zaremba-Rüdiger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 13.06.15, 10.00-16.00 Uhr
7 UStd., 28,00 Euro

Entspannung erfahren durch richtiges Atmen

Bewusster Umgang mit dem Atem hilft den Zugang zu sich zu verbessern und damit körperliche und seelische Blockaden und Verspannungen zu lösen.
In diesem Workshop werden viele praktische und effektive Atemübungen erklärt, demonstriert und eingeübt.
Die Übungen machen Spaß und sind leicht im Alltag einsetzbar. Sie sind wahre Energiespender und können die Lebensqualität nachhaltig verbessern.
Der Workshop endet mit einer Tiefenentspannung (Yoga Nidra).
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Decke und etwas zu trinken.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83107D
Birgit Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 11.00-15.00 Uhr
5 UStd., 22,00 Euro

Atmung und Entspannung mit dem Didgeridoo

Das Didgeridoo ist das urtümliche Instrument der australischen Ureinwohner, der Aborigines. Es zu spielen, erfordert eine spezielle Atemtechnik, die so genannte Zirkularatmung. Didgeridoo spielen wirkt Stress abbauend, entspannt den ganzen Körper, versorgt ihn mit genügend Sauerstoff und harmonisiert den Energiefluss durch die körpereigenen Energiezentren. Ziel des Seminars ist das Erlernen des Didgeridoospielens. Übungsinstrumente werden vom Dozenten mitgebracht und können anschließend bei Bedarf gegen einen geringen Obolus von 5,00 Euro erworben werden.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83109D
Fedor Vitus Thadeusz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Der „Erfahrbare Atem" nach Prof. Ilse Middendorf

Der „Erfahrbare Atem" ist ein Weg, den eigenen Atem zu entdecken und seinen ursprünglichen, natürlichen Rhythmus kennen zu lernen.
Atem ist Bewegung, die den ganzen Körper durchdringt. Durch einfache Übungen wird die Empfindungsfähigkeit für die feine Atembewegung geschult. So kann u.a. innere Ruhe und Gelassenheit entstehen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken oder Hausschuhe und eine Decke.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83111D
Claudia Wichern
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Trance Dance

Ziel des Trance Dance Rituals ist es, eine andere Wahrnehmung, eine größere Bewusstheit und Transformation zu erreichen. Wir tanzen zu intensiver Musik mit verbundenen Augen, so dass der Sehsinn ausgeschaltet wird und die Energie, die wir für das Sehen und die Projektion nach außen aufwenden müssen, für innere Prozesse und die Schärfung der anderen Sinne zur Verfügung steht. Der Körper folgt dem Rhythmus der Musik, so dass Geist und Seele auf Reise gehen und neue Erfahrungen machen können
Bitte mitbringen: Tuch oder Augenbinde, etwas zum Trinken, Decke zum Zudecken.

Veranstaltung 151-83113D
Renate Fischer-Kremer
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 21.02.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 14,00 Euro

Veranstaltung 151-83115D
Renate Fischer-Kremer
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 25.04.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 14,00 Euro

Eurythmie – sich anders bewegen

Die Eurythmie ist eine Bewegungskunst, welche durch Anregungen Rudolf Steiners (Anthroposophie) im Laufe von nun 100 Jahren in Pädagogik, Therapie und Bühnenkunst entwickelt wurde und weltweit Anerkennung erworben hat. In diesem Kurs werden Sie eine Art „hygienische Eurythmie" kennenlernen. Stille, meditative Übungen wechseln sich ab mit kreativ-schöpferischem Gestalten in eurythmischen Bewegungsformen. Die Sprache mit allen Lauten des Alphabets ist die Grundlage. An kosmische Kräfte knüpfen wir wieder an, welche uns zur eigenen Mitte führen. Stress und Atemlosigkeit kann etwas entgegengesetzt, Krankheiten somit vorgebeugt oder gar Heilendes impulsiert werden. **Bitte leichte Gymnastikschuhe und bequeme Kleidung mitbringen.**

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83117D
Barbara Wagner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.02.15, 10.00-16.00 Uhr
7 UStd., 29,50 Euro

Eutonie – Balance, Lebensenergie und Stress-Resilienz

Eutonie ist eine ruhige, harmonische Körperarbeit mit dem Ziel, Wohlspannung (Eu = gut Tonos = Spannung) zu erreichen. Die von Gerda Alexander entwickelte Methode arbeitet mit sanften Wahrnehmungs-, Dehnungs-, Kontakt-, und Durchströmungsübungen, die gesteigerte Wahrnehmungsfähigkeit, innere Gelassenheit und Stressausgleich bewirken. **Bitte mitbringen:** lockere Bewegungskleidung, Wollsocken, Wolldecke oder Matte.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83119D
Elke Recks
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson – für Anfänger/innen

Die progressive Muskelrelaxation nach Jacobson ist ein aktives Entspannungstraining, welches besonders als Einstieg in die Entspannungsverfahren geeignet ist. Es zeichnet sich vor allem durch seine leichte und schnelle Erlernbarkeit aus. Die Teilnehmer/innen lernen nach einem Stufenplan den Unterschied zwischen Anspannung und Entspannung sämtlicher großer Muskelgruppen.
Wer regelmäßig übt, kann die Entspannung des Körpers dann bewusst steuern, wenn es die Situation erfordert. Der Kurs eignet sich auch für Teilnehmer/innen, denen die Methode vertraut ist, die jedoch lange nicht geübt haben. Die Kurse sind durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention" als Gesundheitskurse anerkannt worden, somit kann Ihnen in der Regel das Entgelt anteilig durch Ihre Krankenkasse erstattet werden. Zu Beginn des Semesters gibt es eine Orientierungsstunde, die kostenlos besucht werden kann). **Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Unterlage sowie ein kleines Kissen mitbringen.**

Veranstaltung 151-83200D
Barbara Maria Piel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Veranstaltung 151-83201D
Barbara Maria Piel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Veranstaltung 151-83203D
Barbara Maria Piel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Veranstaltung 151-83205D
Barbara Maria Piel
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd.
81,00 Euro

Veranstaltung 151-83207D
Barbara Maria Piel
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83209D
Matthias Dellenbach
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 30.01.15
16.15-17.45 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83211D
Matthias Dellenbach
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 17.04.15
16.15-17.45 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Zeit für mich

An acht Abenden haben Sie Zeit für sich. Zeit, zu entspannen. Zeit, sich und Ihren Körper besser kennenzulernen, um in Stresssituationen entspannter zu reagieren. Durch das Erfahren und Ausprobieren verschiedener Entspannungsübungen sind Sie in der Lage, individuelle und einfache Entspannungseinheiten in Ihren Alltag zu integrieren und eine deutliche Entlastung in Stressmomenten zu spüren. **Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie sich eine Decke und ein kleines Kissen mit.**
Es wird gemütlich!

Veranstaltung 151-83212D
Stefanie Iwan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-83213D
Stefanie Iwan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83215D
Stefanie Iwan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
71,80 Euro

Entspannung im Alltag

Dieser Kurs bietet das Erlernen der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson sowie die stufenweise Vermittlung des Autogenen Trainings nach Schultz an. Die abwechselungsreiche Einübung der beiden Entspannungsverfahren wird durch praktische Informationen ergänzt, kleinere Bewegungsübungen werden in den Unterricht integriert. **Bitte mitbringen:** Dicke Socken, leichte Decke, kleines Kissen

Veranstaltung 151-83217D
Ute Fricke
Hörde
Praxis für Krankengymnstik Susanne Kutz, Wellinghofer Amtsstr. 51
8 x Donnerstag, ab 05.02.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
82,00 Euro

Autogenes Training

Anfängerkurse

Die Kurse bieten eine Einführung in die klassische Entspannungstechnik nach Prof. Dr. J. H. Schultz. Autogenes Training ist eine für jung und alt geeignete Methode der Autosuggestion („Selbsthypnose") mit dem Ziel der körperlichen und mentalen Entspannung. Neben der Möglichkeit, sich im Alltagsstress eine eigene „Insel der Ruhe" zu schaffen, lernt man, eigene innere Kräfte zu aktivieren und unerwünschten Stress bewusst abzubauen. AT steigert Leistungsvermögen und Kreativität und stärkt das Selbstbewusstsein. Die Kurse sind durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention" als Gesundheitskurse anerkannt worden, somit kann Ihnen in der Regel das Entgelt anteilig durch Ihre Krankenkasse erstattet werden.
Zu Beginn des Semesters gibt es mehrere Schnupper- bzw. Orientierungsstunden, die kostenlos besucht werden können (Anmeldung erforderlich).
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke und eventuell ein kleines Kissen mit.

Veranstaltung 151-83300D
Gerlinde Rinkewitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 17.45-19.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-83301D
Gerlinde Rinkewitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83303D
Gerlinde Rinkewitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 14.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83304D
Gerlinde Rinkewitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Veranstaltung 151-83305D
Gerlinde Rinkewitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83307D
Gerlinde Rinkewitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83308D
Heike Hornung
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 16.15-17.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-83309D
Heike Hornung
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
16.15-17.45 Uhr, 16 UStd.
74,00 Euro, im Entgelt sind 2,00 Euro an Materialkosten für ein Script enthalten

Veranstaltung 151-83311D
Astrid Palitz
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.00 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83313D
Heike Hornung
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 Termine ab Donnerstag, 16.04.15
9.30-11.00 Uhr, 16 UStd.
74,00 Euro, im Entgelt sind 2,00 Euro an Materialkosten für ein Script enthalten

Veranstaltung 151-83315D
Gerlinde Rinkewitz
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Veranstaltung 151-83317D
Gerlinde Rinkewitz
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Donnerstag, ab 19.03.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
72,00 Euro

Zen-Meditation in klassischer buddhistischer Form

Zen-Meditation ist eine traditionelle Form buddhistischer Meditation. Meditation, richtig angewandt, führt zu einer Beruhigung und Reifung der Persönlichkeit.
Der Kurs versteht sich als „Türöffner", um dem Meditierenden den Weg zu eigenständiger Übung zu erschließen. Vorausgesetzt wird eine normale psychische und körperliche Belastbarkeit. Bei größeren Einschränkungen nehmen Sie bitte Kontakt mit ihrem Therapeuten auf oder wenden Sie sich an den Dozenten. Es besteht die Möglichkeit, anschließend längerfristig an einer Übungsgruppe teilzunehmen.
Bitte mitbringen: Meditationskissen oder Meditationsbänkchen, Decke

Veranstaltung 151-83401D
Horst Kaemmerling
Aplerbeck
Westf. Zentrum für Psychiatrie
Marsbruchstr. 179, Haus 29, EG
5 x Mittwoch, ab 11.02.15
18.30-20.45 Uhr, 15 UStd.
63,00 Euro

Veranstaltung 151-83403D
Horst Kaemmerling
Aplerbeck
Westf. Zentrum für Psychiatrie
Marsbruchstr. 179, Haus 29, EG
5 x Mittwoch, ab 29.04.15
18.30-20.45 Uhr, 15 UStd.
63,00 Euro

Buddhismus – Weg zum inneren Licht?

Der Buddhismus bietet aus seiner 2500-jährigen Tradition eine Vielzahl von Methoden und Erkenntnissen, die es uns möglich machen, mit unserem eigenen menschlichen Potenzial in Berührung zu kommen und in uns selbst Glück und Frieden zu finden.
Natürlich beschäftigen wir uns auch mit den verschiedenen Richtungen buddhistischer Meditation, die einerseits zu tiefen Einsichten führen können und es uns andererseits möglich machen, wirklich bei uns zu sein, unseren inneren Raum zu erfahren und ein Zuhause für unseren Geist zu finden.
Meditation macht es uns leichter, gelassen mit schwierigen Situationen umzugehen und wirkt sich positiv auf das Selbstwertgefühl und die Gesundheit aus. Um auch einen persönlichen Eindruck davon zu bekommen, werden wir einige kurze angeleitete Meditationen üben.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83405D
Olaf Nitschke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Meditation – eine Reise in den „inneren Raum"

In der Meditation gelangen wir zu einem vertieften Erleben unserer selbst, wir finden den „inneren Raum", wo wir wirklich in unserer Mitte sind. Dieses Erleben führt zu Glück, Freude, Unbeschwertheit und Zufriedenheit völlig unabhängig von äußeren Gegebenheiten. In diesem Seminar üben wir eine Atemmeditation, eine Meditation über positive Emotionen für sich selbst und andere und eine Meditation im Gehen.
Wir beschäftigen uns damit, wie wir förderliche Bedingungen für die Meditation herstellen, die Übungen in den Alltag integrieren können und in der Meditation eine Haltung entwickeln, die sowohl achtsam und bewusst als auch liebevoll und geduldig ist.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83407D
Olaf Nitschke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Tiefenentspannung – Zeit für sich selber nehmen

Bringen Sie Ruhe und Balance in ihren Alltag. Die geführte Entspannungshypnose dient der tiefen Entspannung von Körper, Geist und Seele. Ziel der Hypnose ist es, einzig und allein, ein inneres Gleichgewicht wieder herzustellen, damit Sie mit sich in Balance sind, sich wohler, ausgeruhter und stärker fühlen. Die Meditationen wirken beruhigend auf das gesamte Nervenkostüm, tragen nachhaltig zu höherer Wahrnehmung, Konzentration und Ausgeglichenheit bei.
Erfahren Sie durch die regelmäßige Tiefenentspannung, wie Sie zu mehr Ausgeglichenheit, inneren Frieden und Lebensfreude gelangen, die Sie weit in Ihren Alltag begleitet. **Bitte bequeme Kleidung tragen und Isomatte, Kissen, Decke und dicke Socken mitbringen.** Die Dozentin ist ausgebildete Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Hypnosetherapeutin.

Veranstaltung 151-83409D
Fine Anders
Lütgendortmund
Ev. Gemeindehaus Immanuel/Elias
Bärenbruch 17–19
6 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.30 Uhr, 12 UStd.
54,00 Euro

Das „Hier und Jetzt" – Entspannung und Meditation

Kommen Sie in diesem Kurs zu sich, zur Entspannung und ins „Hier und Jetzt" durch Selbstwahrnehmungs- bzw. Entspannungstechniken und verschiedene Arten der Meditation.
Wir erleben den Alltag oftmals als stressig, ignorieren dabei oft unsere Bedürfnisse, nehmen uns und die Umwelt oftmals kaum wahr und hetzen durch das Leben ohne Bewusstsein für das Gegenwärtige.
Im Kurs werden die Arten und Wirkungen von Achtsamkeit und Meditation vorgestellt, durch Übungen das Bewusstsein geschärft und die Gedanken beruhigt, so dass wir die Zerstreutheit des Alltags hinter uns lassen und meditieren können. Vorerfahrungen sind nicht notwendig.
Bitte bringen Sie eine Decke mit. Zudem bitte bequeme Kleidung und dicke Socken tragen.

Veranstaltung 151-83410D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 16.15-17.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei
Anmeldung erforderlich

Veranstaltung 151-83411D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
16.15-17.45 Uhr, 16 UStd.
68,00 Euro

Veranstaltung 151-83413D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Montag, ab 20.04.15
16.15-17.45 Uhr, 10 UStd.
44,00 Euro

Meditation für Neugierige und Ungeduldige

Die im Kurs vorgestellte Form der Meditation ist kein Selbstzweck, sondern ein alltagstauglicher Weg, mit den Herausforderungen des Lebens besser fertig zu werden, indem wir ihnen gelassen und sicher begegnen. Meditation ist authentisches Erleben und wird bei regelmäßiger Anwendung Teil einer Strategie der persönlichen Befreiung, da es Kräfte in uns freisetzt und Ressourcen aufbaut, an die wir sonst nicht so leicht herankommen.
Die Methode ist von jedermann leicht erlernbar und – als Lebenspraxis angewendet – unabhängig von Religion.
Im Kurs werden wir – ausgehend von den kulturellen und theoretischen Grundlagen dieser Methode – der Frage nachgehen: „Welche Wirkung hat Meditation".
Die Teilnehmer werden eine einfach auszuführende Methode der Meditation erlernen, die auf Visualisierung und einer Yoga-Atemtechnik basiert. Ein Satz Yoga-Übungen ergänzt die Methode. (Schriftliches Material für selbständige Weiterarbeit, 3.00 Euro).

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-83417D
Dr. Helmut Brünger
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
9 UStd., 38,00 Euro

Shiatsu – Entspannung durch Berührung

Shiatsu ist eine ursprünglich aus Japan stammende Druckpunkt-Massage und bedeutet übersetzt „Finger-Druck". Shiatsu wird am bekleideten Körper auf einer weichen Unterlage am Boden angewendet. In Partnerarbeit lernen Sie Techniken für Rücken, Schultern, Nacken und Füße. So können Sie zu zweit erleben wie entspannend das Shiatsu-Nehmen sowie das Shiatsu-Geben ist und das Erlernte und Erlebte zu Hause weiter anwenden. Energieübungen aus der Shiatsu-Gymnastik sowie eine Anleitung zur Selbstmassage runden den Nachmittag ab. **Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, warme Socken, bequeme Kleidung und etwas zu Essen und zu Trinken mit. Anmeldung nur zu zweit.**

Veranstaltung 151-83501D
Sabine Bruchmann-Allek
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 17.01.15, 11.00-16.00 Uhr
6 UStd., 27,00 Euro

Veranstaltung 151-83502D
Sabine Bruchmann-Allek
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 04.07.15, 11.00-16.00 Uhr
6 UStd., 27,00 Euro

Shiatsu und Hot Stone-Massage – Seminar für Frauen

Das Tagesseminar bietet eine Kombination von Shiatsu-Anwendung und Hot Stone-Massage. Während im ersten Teil zur Shiatsu- Anwendung heiße Steine auf verschiedene Körperstellen mit dem Ziel einer fühlbaren Wärme- und Energieverteilung gelegt werden, wird im zweiten Teil der Rücken mit heißen Steinen und warmem Sesamöl auf der nackten Haut massiert.
Die Berührung auf dem bekleideten Körper wie auf der nackten Haut (im Schulter-, Nacken- und Rückenbereich) ist entspannend und wohltuend.
Da die Übungen paarweise ausgeführt werden, ist es notwendig, sich zu zweit anzumelden.
Bitte ein Kissen, drei große Bade- und ein Handtuch, Decke, warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen. Es fällt zusätzlich zum Entgelt noch eine Materialkostenpauschale in Höhe von 5,00 Euro an, die vor Ort an die Dozentin zu entrichten ist.

Veranstaltung 151-83503D
Sabine Bruchmann-Allek
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15, 11.00-16.00 Uhr
6 UStd., 27,00 Euro

Entspannungsmassage bei Rücken- und Nackenbeschwerden

Die Teilnehmer/innen lernen einfache Techniken aus der Entspannungsmassage. Die einzelnen Übungen beziehen sich vor allem auf Beschwerden im Schulter-, Rücken- und Nackenbereich. Zusätzlich angeboten werden Bewegungsübungen sowie aktive und passive Dehnungen in Verbindung mit Atemübungen. **Bitte eine Decke, bequeme Kleidung und Massageöl mitbringen. Bitte zu zweit anmelden.**

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83505D
Monika Wagner
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 08.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Entspannungsmassage für die Rücken- und Schultermuskulatur

Eine aufmerksame Massage lindert Stress und stellt körperliches Wohlbefinden wieder her.
In diesem Kurs werden verschiedene Griffe aus der klassischen Massage vermittelt, die sich auf das Lösen von Verspannungen vor allem der gesamten Rücken - und Schultermuskulatur beziehen. Ergänzt werden diese durch Atem-, Dehn- und Körperübungen. Gleichzeitig werden Wege gezeigt wie auch das Massage-Geben eine entspannende Erfahrung sein kann.
Bitte eine Decke, Rolle, Kissen, Massageöl, dicke Socken und bequeme Kleidung mitbringen. Bitte zu zweit anmelden.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-83507D
Maike Zürn
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 10.00-16.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 10.00-16.00 Uhr
14 UStd., 56,00 Euro

Aromamassage

Durch die alltäglichen Belastungen kann es auch bei dem gesunden Menschen zu Störungen und Blockaden kommen. Dies zeigt sich häufig durch Müdigkeit und mangelnden Antrieb und kann zu Verspannungen, Kopfschmerzen und Rückenproblemen führen.
Hier können Massagen mit Aromaölen oft Linderung bringen und das Wohlbefinden wieder herstellen. Blockaden und Spannungszustände können sich lösen und der Energie- und Blutfluss im Körper wird wieder frei.
In diesem Seminar können Sie lernen, wie Sie sich selbst und gegenseitig im Alltag mit diesen regenerativen und befreienden Massagen gut tun können. Hierbei erfahren Sie, wie ätherische Öle wirken, wie man Sie mischt und kombiniert.
Bitte bringen Sie eine Decke, 2 Kissen (oder Kissen und Nackenrolle), ein großes Handtuch mit. Bequeme Kleidung und warme Socken sind bei der Entspannung sehr von Vorteil. Bitte zu zweit anmelden.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83509D
Janina Scherlich
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Einführung in die Fußreflexzonenmassage

In der Fußreflexzonenmassage wird davon ausgegangen, dass sich alle Organe und Körperteile am Fuß widerspiegeln und sich über die betreffenden Reflexzonen am Fuß beeinflussen lassen. Auch bei dem gesunden Menschen kann es durch die alltäglichen Belastungen zu Störungen und Blockaden kommen. Dies zeigt sich häufig durch Müdigkeit und mangelnden Antrieb und kann zu Verspannungen, Kopfschmerzen und Rückenproblemen führen. Hier kann die Beeinflussung über die Reflexzonen oft große Linderung bringen.
In diesem Kurs lernen Sie den Grundgriff der Fußreflexzonenmassage kennen und seine praktische Anwendung. Dabei werden alle Körperzonen vorgestellt und die verschiedenen Anwendungen ausprobiert. Die Entspannung soll dabei nicht zu kurz kommen!
Bequeme Kleidung und warme Socken sind bei der Entspannung sehr von Vorteil, für den Grundgriff sind sehr kurze Fingernägel (insbesondere Daumen) sehr wichtig.
Bitte außerdem pro Paar Sie eine Decke, 2 Kissen und kleine Handtücher zum Einpacken der Füße mitbringen. Das Skript wird von der Dozentin mitgebracht.
Bitte zu zweit anmelden.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83511D
Janina Scherlich
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Klangschalenmassage

Klangschalenmassagen wirken durch den Klang, den wir über die Ohren aufnehmen und durch die Vibrationen, die wir im ganzen Körper spüren können. Klangschalenmassagen haben einen direkten Einfluss auf unsere Gefühle und können zu einer sehr angenehmen Entspannung führen, wodurch die Regeneration des Körpers auf gesunde Art wirksam unterstützt wird.
Der Workshop richtet sich an alle, die nicht nur die Klangschalenmassage durchführen, sondern auch an den Hintergründen interessiert sind und sich von den vielfältigen Einsatzbereichen der Klangschalen überraschen lassen möchten.
Bitte bequeme, warme Kleidung, dicke Socken, Schreibzeug, einen Imbiss, Getränke, eine Decke und ein Kissen mitbringen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83513D
Andreas Scholly
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Akkupressur mit Nacken- und Rückenmassage

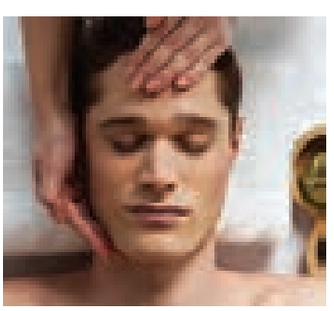
Bereits vor mehr als 2000 Jahren entdeckte man in China, das im Körper des Menschen energetische Punkte vorhanden sind, deren Reizung auf das psychische und physische Befinden des Menschen einen maßgeblichen Einfluss haben. Der Zusammenhang dieser energetischen Punkte wird über Meridiane dargestellt.
Nehmen Sie teil an den uralten Erfahrungen, dem Wissen um die seelische und energetische Balance, die im Yin-Yang ihren Ausdruck finden.
Erfahren Sie, wie sie sich mit Akupressur schnell selbst helfen und Linderungen erzielen können. **Bitte tragen sie für die Entspannungsübungen bequeme Kleidung und bringen sie eine Decke und ein kleines Kissen mit.**

Veranstaltung 151-83515D
Ho-Jung Böhmer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 69,00 Euro

Ayurvedische Gesichtsmassage

Die Geheimnisse der ayurvedischen Schönheitspflege sind leicht an einem Abend zu erlernen und alles kann sofort angewendet werden.
Ein wesentlicher Bestandteil des Ayurveda in Europa sind der Stirnguss und die beliebte Ganzkörperölmassage. Sie gelten als die stärksten entgiftenden, regenerierenden und verjüngenden Therapieformen.
Die ayurvedische Gesichtsmassage ist die „kleine Schwester" der Ganzkörperölmassage. Sie eignet sich wegen des geringen Aufwandes hervorragend für die tägliche Selbstbehandlung.
Im Gesicht und in den Ohren befinden sich die Reflexzonen sämtlicher Organe. Deshalb kann bei sachgemäßer Anwendung der ayurvedischen Gesichtsmassage und der Ohrakupressur sehr viel für die Schönheit, Ausstrahlung und vor allem für die Gesundheit erreicht werden.
Mit der ayurvedischen Gesichtsmassage können wir uns in der Hektik des Alltags jeden Abend eine Insel der Ruhe, Besinnung, Selbstzuwendung, Erholung und liebevollen Pflege schaffen.

Vortrag mit Praxisteil
Veranstaltung 151-83517D
Helga Rietig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 14.04.15, 18.00-21.00 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro



Fernöstliche Entspannungstechniken

Wann ist Gesundheitsbildung förderfähig?

Für manche gesundheitsbildende und -fördernde Kursangebote übernehmen die Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen teilweise oder ganz die Teilnahmegebühren.
Voraussetzung für eine Förderung ist eine regelmäßige Teilnahme (mindestens 80%).
Förderfähig können Veranstaltungsangebote sein, die folgenden Präventionsprinzipien zuzuordnen sind:

- Förderung von Stressbewältigungskompetenzen
- Förderung von Entspannung

Die Förderung je Präventionsprinzip erfolgt durch die Krankenkassen als einmalige Impulsmaßnahme.

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung, welche Veranstaltungen gefördert werden.

Orientierungswoche

Welcher Kurs passt zu Ihnen?
Nutzen Sie die Orientierungswoche, um kurz vor dem Kursbeginn in viele Sparten des Fitness- und Gesundheitsprogramms einzutauchen.

Tai Chi Chuan Anfänger
Veranstaltung 151-84000
Hermann Jordan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Hatha Yoga Anfänger
Veranstaltung 151-84001
Marie Hänel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Hatha Yoga Fortgeschrittene
Veranstaltung 151-84002
Marie Hänel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 19.35-21.05 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Kundalini Yoga zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-84003
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 17.30-18.15 Uhr
1 UStd., entgeltfrei

Hatha Yoga Anfänger
Veranstaltung 151-84004
Linda Laumert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Chen-Stil in der 19er-Form
Veranstaltung 151-84005
Holger Samlowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 20.15-21.45 Uhr,
2 UStd., entgeltfrei

Einführung Qi Gong
Veranstaltung 151-84006
Olaf Quiring
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 19.45-21.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Hormon-Yoga
Veranstaltung 151-84007
Barbara Lindemann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Atemübungen
Veranstaltung 151-84008
Barbara Lindemann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 18.30-19.15 Uh,
1 UStd., entgeltfrei

Der erste Termin ist eine kostenlose Orientierungsstunde.

Frauen entspannen natürlich

... anders mit der Chinesischen Heilkunst
Sie haben häufig Stress, Hektik, Überforderung im Berufs-Familie-Alltag? Dann nehmen Sie sich „Zeit für sich selbst, um sich zu erholen". Der Anspannung (Yang) muss Entspannung (Yin) folgen, damit Sie körperlich und seelisch gesund bleiben. Es wird die Chinesische Heilkunst und ihre Konzepte vorgestellt, u. a. „QI" - Lebensenergie, Die Yin und Yang Lehre, Die 5 Wandlungsphasen, Daoyin Selbstmassage, 5 Elemente Ernährung und Qigong: Entspannungs-Meditation-Atem-Konzentrationsübungen zur Harmonisierung und Stärkung von Körper-Geist-und-Seele.

Veranstaltung 151-84015D
Christina Gott-Jabby
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,40 Euro

Stressabbau im Berufsalltag mit Qi Gong

Der Arbeitsalltag ist häufig fordernd und belastend. In diesem Bildungsurlaub erlernen Sie Methoden zur besseren Körper- und Selbstwahrnehmung, die zu mehr Ausgeglichenheit und Ruhe im beruflichen sowie privaten Alltag führen können. Mit Hilfe der Übung des Wudang Qi Gongs lernen Sie mit Stresssituationen besser umzugehen und Anspannungen zu verringern, sodass Sie mit neuer Kraft Ihren Herausforderungen des Arbeitslebens begegnen können.

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-84025D
Anne Fiedler
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Di-Fr, 30.06.-03.07.15, 9.30-16.30 Uhr
32 UStd., 165,00 Euro
Anmeldung: BU-Berechtigte bis zum 19.05.15 – Sonstige bis zum 23.06.15

Tai Chi Chuan für Anfänger

Tai Chi Chuan ist kein Sport oder eine Gymnastik, sondern eine alte chinesische Bewegungs- und Verteidigungskunst, die an der Gesamtheit des menschlichen Körpers ausgerichtet ist. Die Übenden werden körperbewusster und können in Stresssituationen mehr Ruhe bewahren. Die Übungen sollen Verspannungen lockern und eventuelle Fehlhaltungen der Wirbelsäule korrigieren. Die Veranstaltungen haben unterschiedliche thematische Schwerpunkte, die sich in Nuancen unterscheiden: der ruhige, sanfte Yang-Stil und der ursprünglichere, etwas dynamischere Chen-Stil. Beide Stile sind darauf ausgerichtet, sie später selbstständig üben zu können. **Bitte bringen Sie eine weiche Wolldecke, bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder Socken mit Noppen mit.**

Yang-Stil
Veranstaltung 151-84100D
Hermann Jordan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Yang-Stil
Veranstaltung 151-84102D
Hermann Jordan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 20.04.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Tai Chi Chuan

In diesem Kurs werden Grundübungen des Chen-Stils sowie eine kurze Form (fließende Folge von Bewegungen) und der 10er Yang vorgestellt und praktiziert. Tai Chi Chuan ist eine alte chinesische Bewegungs- und Verteidigungskunst, die an der Gesamtheit des menschlichen Körpers ausgerichtet ist. Die Übenden werden körperbewusster und können in Stresssituationen mehr Ruhe bewahren. Die Übungen sollen Verspannungen lockern und eventuelle Fehlhaltungen der Wirbelsäule korrigieren. **Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Schuhwerk mit flacher Sohle mit.**

Chen-Stil in der 19er-Form
Veranstaltung 151-84104D
Holger Samlowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
20.15-21.45 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Chen-Stil in der 19er-Form
Veranstaltung 151-84106D
Holger Samlowski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.15-21.45 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

10er Yang
Veranstaltung 151-84108D
Birgit Mokross
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 17.02.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd.
81,00 Euro

Tai Chi Chuan für Fortgeschrittene

Bitte bringen Sie eine weiche Wolldecke, bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder Socken mit.

Yang-Stil
Veranstaltung 151-84110D
Hermann Jordan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Yang-Stil
Veranstaltung 151-84112D
Hermann Jordan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 20.04.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Hui Chun Gong

Der Frühling kommt zurück

Hui Chun Gong gilt als eines der Qigong Systeme, die als Verjüngungsübungen für die chinesischen Kaiser, von daoistischen Mönchen entwickelt wurden. Sie sollten dabei helfen das Leben und die jugendlichen Qualitäten zu verlängern. Den Teilnehmenden sollen die verschiedenen Übungen und Prinzipien des Hui Chun Gong Qigong nähergebracht werden. Die Hui Chun Gong Übungen helfen bei der Regulierung von Blut und Kreislauf, regen den Stoffwechsel an, stärken das Immunsystem und unterstützen die Linderung von Schmerzen im Bewegungsapparat. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung und Schuhe.

Veranstaltung 151-84200D
Ho-Jung Böhmer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 64,80 Euro

Traditionelles Yi Jin Jing Shaolin Qi Gong

Yi Jin Jing Qi Gong gilt als eines der ältesten Qi Gong Systeme. Diese gilt als meditative und spirituelle Übung in der Tradition der Shaolin Mönche. Durch Yi Jin Jing Qi Gong sollten auch untrainierte Mönche ihre Kondition verbessern und ihren Geist trainieren. Den Teilnehmenden sollen die verschiedenen Übungen und Prinzipien des Yi Jin Jing Qi Gongs nähergebracht werden. Durch die langsamen Übungen, Dehnungen und Atemtechniken wird für eine bessere Flexibilität von Muskeln, Sehnen und Bänder gesorgt. Zudem gilt Yi Jin Jing Qi Gong als beruhigend für den Geist und gleichzeitig konzentrationsfördernd. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung und Schuhe.

Veranstaltung 151-84220D
Ho-Jung Böhmer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 64,80 Euro

Jin Shin Jyutsu

Jin Shin Jyutsu kann als eine alte japanische Entspannungskunst helfen Stress abzubauen. Am bekleideten Körper können durch spezielle Berührungssequenzen mit den Händen Energieblockaden gelöst werden. Dadurch ist es möglich, den Energiefluss zu reaktivieren und eventuell angestaute Energie wieder auszugleichen. Dies kann sich positiv auf Körper, Geist und Seele auswirken. Neben der Theorie werden hauptsächlich Praxisanwendungen geübt. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, eine Decke, warme Socken und Schreibutensilien.

Veranstaltung 151-84225D
Martin Wurm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 64,80 Euro

Einführung in Qi Gong

Qi Gong ist ein Oberbegriff für chinesische Übungssysteme, die die Stärkung und Kultivierung der Lebensenergie (Qi) zum Ziel haben. In diesem Kurs sollen die Grundlagen erarbeitet werden, die den Qigong-Systemen gemeinsam sind. Neben stillen Übungen im Stehen und Sitzen wird es auch bewegte Übungen aus dem Cansigong (Basisübungen des Chen Tai Chi) und Luohan-Gong (Übungen buddhistischer Mönche) geben. Der Schwerpunkt liegt auf leichter Erlernbarkeit und positiver Wirkung für die Gesundheit.
Bitte mitbringen: Schuhe mit flacher Sohle und bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84228D
Olaf Quiring
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84229D
Olaf Quiring
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Qi Gong

Die aus der traditionellen chinesischen Medizin stammenden langsamen, fließenden Bewegungsübungen des Qi Gong, verbunden mit dem eigenen ruhigen Atemrhythmus, unterstützen und stärken die den Körper durchströmende Lebenskraft (Qi), stimulieren den Fluss der jedem Menschen innewohnenden Lebensenergie.
Die Ausführung der Qi Gong-Übungen in Gelassenheit und Achtsamkeit auf die Bewegung steigert die Wahrnehmungsfähigkeit, stärkt Rücken und Halswirbelsäule, ermöglicht innere Entspannung und hat insgesamt gesundheitsfördernde Wirkung.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder ersatzweise dicke Socken mit.

Veranstaltung 151-84230D
Alfred Ludwig
Hombruch
Marien–Hospital, Gablonzstr. 9
9 x Dienstag, ab 20.01.15
19.45-20.45 Uhr, 12 UStd.
48,60 Euro

Veranstaltung 151-84232D
Alfred Ludwig
Hombruch
Marien–Hospital, Gablonzstr. 9
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.45-20.45 Uhr, 12 UStd.
48,60 Euro

Veranstaltung 151-84234D
Alfred Ludwig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 21.01.15
9.30-10.30 Uhr, 12 UStd.
48,60 Euro

Veranstaltung 151-84236D
Alfred Ludwig
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
9.30-10.30 Uhr, 12 UStd.
48,60 Euro

Tagesseminar zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-84238D
Elke Recks
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 01.03.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,40 Euro

Mit Qi Gong in den Tag

Qi Gong ist ein chinesisches ganzheitliches Übungssystem, das den Körper und Geist betrifft und mit dem Sie Ihren allgemeinen Gesundheitszustand verbessern, Erkrankungen vorbeugen, Stress sowie Fitness und Entspannung fördern können. Das Üben von Qi Gong stimuliert die körpereigene Energie durch Haltungsübungen und langsame, sanfte Bewegungen. Qi Gong kann in jedem Alter begonnen und ausgeübt werden. Egal wie untrainiert Sie vorher waren – die positiven Auswirkungen der Übungen werden Sie schnell bemerken.
Es gibt viele verschiedene Ausrichtungen und Arten. Wir beginnen mit den Basis-Übungen aus dem Dadi-Qi Gong und einem kurzen Übungszyklus: Die 8 Brokate. **Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen dicke Socken mit.**

Veranstaltung 151-84240D
Elke Recks
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 03.02.15
10.30-11.30 Uhr, 8 UStd.
32,40 Euro

Veranstaltung 151-84242D
Elke Recks
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 14.04.15
10.30-11.30 Uhr, 8 UStd.
32,40 Euro

Qi Gong zum Entschlacken und Abnehmen

Die Übungen in diesen Kurs stammen aus dem medizinischen Qi Gong und sind leicht zu erlernen. Sie harmonisieren den Fluss der Lebensenergie im Körper und steigern so die Selbstheilungskräfte. Verspannungen lösen sich, das Immunsystem wird gestärkt, die Beweglichkeit wird erhöht, die Ausscheidung von Giften und Schlacken wird unterstützt, die Fettverbrennung wird angeregt und die Energien werden harmonisiert.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken und ein Getränk.

Veranstaltung 151-84244D
Birgit Mokross
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Dienstag, ab 17.02.15
18.15-19.15 Uhr, 8 UStd.
32,40 Euro

Was ist Yoga?

Dieser Kursabend ermöglicht einen Einstieg in Yoga. Dieses Wort ist in aller Munde, aber was ist Yoga? Ein Vortrag bietet einen Einblick in die Yoga-Philosophie, in die Entspannung und Meditation. Yoga hat eine ganzheitliche gesundheitsfördernde Wirkung auf Körper und Geist, die jeder in seinem Alltag gebrauchen und auch einbauen kann. Sie lernen daher verschiedene Yogastile und Anwendungsformen kennen und können dann erste Übungen einstudieren in den Bereichen Asanas (Körperübungen), Meditation, Pranayama (Atemübungen). **Bitte mitbringen:** Decke und (Meditations-)Kissen, zudem bitte bequeme Kleidung tragen. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

Vortrag und Workshop
Veranstaltung 151-84250D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 27.01.15, 17.45-21.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Yoga gegen Burn Out

Yoga und Entspannung gegen Stress
Yoga und Burn Out: Zwei Begriffe, die sehr populär geworden sind. Doch wie gehören sie zusammen? Zunächst werden wir uns dem Burn Out-Begriff nähern und darauf aufbauend über die ganzheitliche gesundheitsfördernde Wirkung von Yoga auf Körper und Geist und damit als Prävention gegen Burn Out und Stress gesprochen werden. Denn Yoga und Entspannung gegen Stress bewirkt eine gesundheitsfördernde Haltung gegenüber dem eigenen Denken und Fühlen, das ein Burn Out begründen kann. Erste Übungen sollen durchgeführt und erlernt werden und für den Alltag handhabbar gemacht werden.
Bitte mitbringen: Decke und (Meditations-)Kissen, zudem bitte bequeme Kleidung tragen. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-84255D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 31.01.15, 10.00-15.00 Uhr
6 UStd., 24,30 Euro

Kundalini Yoga

In den eineinhalb stündigen Kundalini Yoga Kursen verwenden wir Körper- und Atemübungen, Meditationen und Mantras. Die Vielfalt der Techniken macht diese Yogaform so erfolgreich und erfrischend abwechslungsreich. Yogi Bhajan entwickelte spezielle abgeschlossene Übungsreihen, die auf alle Energiesysteme des Körpers (Drüsen, Meridiane, Nerven, Chakren) wirken und ins Gleichgewicht bringen. Wichtiges Ziel ist die gesteigerte Selbstwahrnehmung und eine harmonische Verbindung sowie Stärkung von Körper, Geist und Seele, um Stress und Krankheiten vorzubeugen.

Kundalini Yoga – Aufrecht durchs Leben

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf den Themen Rücken und Nervensystem. **Bitte bringen Sie eine Decke und ein Getränk mit.**

Veranstaltung 151-84300D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Freitag, ab 06.02.15
16.00-17.30 Uhr, 12 UStd.
48,60 Euro

Kundalini Yoga – Das Leben verdauen

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf dem Verdauungssystem.
Bitte bringen Sie eine Decke und ein Getränk mit.

Veranstaltung 151-84301D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Freitag, ab 17.04.15
16.00-17.30 Uhr, 10 UStd.
40,50 Euro

Kundalini Yoga – Intensivsamstag

An diesem Intensivsamstag haben die Dozentin und Sie mehr Zeit für eine längere Übungsreihe zur Verfügung. Eine 30-minütige Meditation und tiefe Entspannung sind ebenfalls Themen an diesem Samstag. Die Veranstaltung ist für Teilnehmende mit Kundalini Yoga Praxis geeignet. **Bitte bringen Sie eine Decke und ein Getränk mit.**

Veranstaltung 151-84302D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 11.00-14.15 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Yoga bits for business

Die heutige Zeit ist vor allem durch schnelles Tempo und hohe Anforderungen geprägt – Zeit ist knapp.
Mit den beiden kurzen aber knackigen Yoga-Häppchen aus dem Kundalini Yoga wird die Anforderung nach großem Nutzen bei kleinem Aufwand für Menschen im Berufsalltag gerecht. Atemübungen, kleine Meditationen und Lockerungsübungen bringen frischen Wind und viel Energie in Herz und Kopf, um einerseits die anstehenden Aufgaben bewältigen zu können und andererseits für Entspannung zu sorgen. Ohne großen Aufwand einfach kommen und mitmachen.

Morgenstarter - Early bird
Veranstaltung 151-84310D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
7.30-8.15 Uhr, 9 UStd.
36,45 Euro

Morgenstarter - Early bird
Veranstaltung 151-84311D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Mittwoch, ab 15.04.15
7.30-8.15 Uhr, 7 UStd.
28,35 Euro

Mittagenergie - Break to breathe
Veranstaltung 151-84312D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 26.01.15
12.00-12.45 Uhr, 9 UStd.
36,45 Euro

Mittagenergie - Break to breathe
Veranstaltung 151-84313D
Renate Fischer-Kremer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
6 x Montag, ab 13.04.15
12.00-12.45 Uhr, 6 UStd.
24,30 Euro

Mein Nacken hat Macken – ein Yogaworkshop für den Nacken- und Schulterbereich

In diesem Workshop werden wir Asanas (Yogaübungen) für den ganzen Körper einnehmen, unser Schwerpunkt liegt aber im Nacken- und Schulterbereich. Es werden einfache Übungen vorgestellt, die man auch am Arbeitsplatz oder zuhause machen kann und auch schulter- und nackenschonende Variationen von bekannten Yogastellungen gezeigt.
Achtung bei akuten Nackenschmerzen vorher mit dem Arzt abklären, ob in dem Fall Yoga hilfreich ist.
Bitte mitbringen: eine Decke und ein Kissen.

Veranstaltung 151-84430D
Ute Dillenhöfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 28.02.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Veranstaltung 151-84435D
Ute Dillenhöfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 09.05.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Lach-Yoga

„Lach-Yoga" ist ein neuer Gesundheitstrend, der weltweit großen Anklang findet. Beim Lachen wird das Zwerchfell bewegt, „innere Organe massiert" und das Stressempfinden reduziert. Lachen macht Freude und kann Glücksgefühle auslösen. Wie sagt schon der Volksmund: „Lachen ist die beste Medizin". Wir werden uns an verschiedenen Lachübungen nach Dr. M. Kataria, dem Begründer des Lachyoga, sowie Atem- und Bewegungsübungen probieren. Es winken zumindest gute Laune und mehr Energie.

Veranstaltung 151-84445D
Franz Homann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.15 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Yoga für den Beckenboden

Der Beckenboden kann durch eine schlechte Haltung, eine Operation, Schwangerschaft, Übergewicht oder Ähnliches geschwächt sein. Gezielte Übungen können zur Entwicklung und Kontrolle der Beckenbodenmuskulatur verhelfen, zudem können sie Rückenschmerzen und Inkontinenz vorbeugen oder beheben. Dieses Seminar richtet sich an alle Personen, die etwas zur Stärkung ihres Beckenbodens tun möchten, ebenfalls für Frauen nach der Schwangerschaft.

Veranstaltung 151-84450D
Ute Dillenhöfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Veranstaltung 151-84455D
Ute Dillenhöfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 18.04.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Yogaworkshop mit Mond-Gruß

Der Mondgruß ist eine beruhigende und trotzdem kraftvolle Sequenz die unsere kreativen, femininen Aspekte anspricht. Der Mondgruß bietet eine großartige Möglichkeit diese sanfte, kraftvolle Energie zu steuern und die kühlen, entspannenden Eigenschaften körperlich und mental aufzunehmen. Er kann zu jeder Zeit des Tages praktiziert werden, um die Wirbelsäule und Oberschenkel zu strecken, sowie die Arm- Bein- Rücken- und Bauchmuskeln zu stärken.
Am Abend ist er durch seine beruhigende Wirkung eine exzellente Hilfe bei Einschlafproblemen. Außerdem ist er langsam und ruhig ausgeführt eine gute Vorbereitung auf die Meditation.

Veranstaltung 151-84460D
Ute Dillenhöfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.03.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Veranstaltung 151-84465D
Ute Dillenhöfer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 30.05.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 16,20 Euro

Fitness-Yoga für Anfänger

In diesem Kurs erlernen Sie eine Form des Sonnengrußes, sowie einige Asanas (Körperübungen) von leichter bis mittlerer Intensität. Diese werden sowohl statisch wie auch im Flow geübt. So wird zum einen die notwendige Technik und das Bewusstsein geschult, zum anderen auch ein sportlich-dynamisches Training durchgeführt. Bei regelmäßigem Training werden Sie effektive Verbesserungen im Bereich Kraft, Beweglichkeit, allgemeiner Fitness und Stressbewältigung erfahren. Begleitet werden die Übungen durch Atemtechniken und abgeschlossen durch Tiefenentspannung. Atmung, Kräftigung, Dehnung und Entspannung stehen dabei in einem ausgewogenem Verhältnis und lassen Sie sich nach der Praxis frisch und ausgeruht in den weiteren Tag gehen. **Bitte bringen Sie eine Decke, einen Gürtel (z.B. Bademantelgürtel), ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen Sie bequeme Kleidung.**

Veranstaltung 151-84470D
Birgit Hill
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84475D
Birgit Hill
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 20.04.15
10.45-12.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Yoga und Entspannung für Gestresste und jene, die es nicht werden wollen!

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die eine Möglichkeit suchen, nach einem hektischen Alltag einen Weg zu erfahren, der ihnen den Stress nimmt. Hierfür lernen Sie unterschiedliche Methoden aus dem Yoga kennen, die geeignet sind, Stress zu vermindern, abzubauen, stressbedingten Krankheiten vorzubeugen und damit Ressourcen freizusetzen, an die wir sonst nicht so leicht gelangen. In Theorie und Praxis kann jeder erfahren, wie Atem- und Körperübungen, Meditation, Entspannung und Achtsamkeit im Alltag eine ganzheitliche und ausgleichende Wirkung schaffen und den Menschen stärken können. Die Übungen sind von jedermann leicht erlernbar und sollen für die Anwendung im Alltag anwendbar gemacht werden. **Bitte bringen Sie eine Sportmatte, eine Decke und ein (Meditations-)Kissen mit. Zudem bitte bequeme Kleidung und dicke Socken tragen.** Vorerfahrungen sind nicht notwendig.

Veranstaltung 151-84480D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 05.02.15
16.30-18.00 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84485D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
5 x Donnerstag, ab 23.04.15
16.30-18.00 Uhr, 10 UStd.
40,50 Euro

Yoga für den Rücken

Nahezu jeder Mensch kennt Rücken-, Nacken- und Kopfschmerzen. Ein Teil dieser Schmerzen beruhen auf spezifische Erkrankungen, ein anderer, großer Teil sind unspezifische Schmerzen, die oftmals verursacht werden durch Verspannungen der Muskel, Fehlhaltungen, Bewegungsmangel, schwacher Muskulatur und durch Stress. Die Übungen in diesem Kurs sind einfach, sodass sie diese im Alltag gut angewendet und über den Kurs hinaus geübt werden können. So haben Sie in diesem Kurs die Gelegenheit etwas Gutes für den Rücken, den Stresspegel zu tun und um ihre Gesundheit zu stärken.
Bitte mitbringen: Decke und (Meditations-)Kissen, zudem bitte bequeme Kleidung und dicke Socken tragen. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

Veranstaltung 151-84490D
Christine Piepiorka
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 05.02.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Yoga kennt kein Alter!

Hatha Yoga ist ein in Indien entwickelter Weg, um Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen. Dazu dienen Körperhaltungen und Atemübungen, die mit Konzentration auf die Wahrnehmung des eigenen Körpers durchgeführt werden. Der Körper wird gedehnt und gekräftigt, die Yoga-Praxis den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Übenden angepasst. Yoga steigert die Vitalität, verbessert die Körperwahrnehmung, Ausdauer und Beweglichkeit. Der Yoga Weg lädt ein, unseren Geist zur Ruhe zu bringen, um Klarheit und innere Ausrichtung zu finden. Für diesen Kurs benötigen Sie geringe Vorkenntnisse.
Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Handtuch sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84500D
Andrea Scheu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84505D
Andrea Scheu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Hanuman Fitness Yoga

Die Hanuman Yoga Fitness Reihe ist ein sehr effektives Körpertraining. Mit Hanuman Yoga kann man in kurzer Zeit mehr Kondition, Flexibilität, Muskelkraft und Koordinationsfähigkeit erreichen. Der Kurs vermittelt die flotten Sonnengrüße, den Mondgruß, klassische und auch kraftvolle Yogastellungen. Bei diesem Yoga werden alle wichtigen Muskelgruppen im Körper beansprucht und gefordert. Zudem wird durch die anspruchsvollen und teilweise schnellen Wiederholungen der Übungsreihen auch der Kreislauf in Schwung gebracht. Mit einer kurzen Entspannung endet der Kurs. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.
Bitte mitbringen: Sitzkissen, Decke und ein Getränk.

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-84510D
Birgit Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 24.01.15, 10.00-12.15 Uhr
3 UStd., 12,15 Euro

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-84515D
Birgit Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 10.00-12.15 Uhr,
3 UStd., 12,15 Euro

Veranstaltung 151-84520D
Birgit Bellgardt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 14.04.15
9.30-11.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Hormon-Yoga

In diesem Kurs werden Übungen mit Aktivierungsatmung gegen Wechseljahresbeschwerden gezeigt und erklärt. Hormon-Yoga fördert die Geschmeidigkeit der Gelenke, regt sämtliche Hormone an und aktiviert den Stoffwechsel.
Bitte mitbringen: Kissen sowie dicke Socken und bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84530D
Barbara Lindemann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84535D
Barbara Lindemann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Atemübungen

In diesem Kurs werden jede Woche verschiedene Atemübungen gegen Asthma und sonstige Atembeschwerden gezeigt und durchgeführt. Zunächst erlernen Sie den Atem zu kontrollieren, später ihn gezielt einzusetzen. Die Atemübungen wirken ausgleichend und fördern die innere Balance.

Veranstaltung 151-84550D
Barbara Lindemann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.30-19.15 Uhr
9 UStd.,36,45 Euro

Veranstaltung 151-84555D
Barbara Lindemann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-19.15 Uhr
8 UStd., 32,40 Euro

Yoga mit Power

Eine Einführung in ein dynamisches Yoga-Training

Power-Yoga fördert als ganzheitliches Energie- und Rücken-Training mittels der Asanas Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Stabilität und dient dem Stressabbau. **Bitte bringen Sie eine Decke, ein Kissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.**

Veranstaltung 151-84560D
Martina Hannelore Kraft
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-12.30 Uhr
8 UStd., 32,40 Euro

Yoga – Kraftquelle des Alltags

Im immer hektisch werdenden Alltag wächst der Wunsch nach Ruhe, Ausgeglichenheit und Wohlbefinden. Yoga bietet die Möglichkeit, sich diesen Wunsch zu erfüllen.
Yoga ist ein Zusammenspiel aus Körperübungen, Atemtechniken, Übungen zur Konzentration und Meditation, mit dem Ziel, Körper, Atem und Gedanken bewusst miteinander zu verbinden.
Es ist ein offener Weg, die körperliche Gesundheit zu erhalten oder zu verbessern, um beweglich zu werden und den Rücken zu stärken oder um sich von schmerzhaften Verspannungen zu befreien, sich einfach im Körper wohl zu fühlen. Yoga ist auch eine kleine Auszeit, eine Insel in unserem viel beschäftigten Alltag. **Bitte bringen Sie eine Matte, eine Decke, ein Kissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.**

Veranstaltung 151-84600D
Annette Sonntag
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Dienstag, ab 27.01.15
10.00-11.30 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84602D
Annette Sonntag
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
6 x Dienstag, ab 14.04.15
10.00-11.30 Uhr, 12 UStd., 48,60 Euro

Hatha Yoga

Yoga ist eine jahrtausende alte meditative Übungsform aus Indien. Übersetzt ins Deutsche heißt „Yoga" Vereinigung, da es Körperübungen (Asanas), Meditationen sowie Entspannungs- und Atemelemente (Pranayama) miteinander verknüpft.
Der Wechsel von aktiven und ruhigen Phasen führt zu gesteigerter Vitalität, verbesserter Körperwahrnehmung, Ausdauer und Beweglichkeit. Wenn man heutzutage im westlichen Kulturkreis von Yoga spricht, so meint man meist Hatha Yoga. Ha-tha bedeutet Sonne und Mond und weist daraufhin, dass mit Yoga Übungen ein Ausgleich und Harmonie ganzheitlich erreicht wird.
Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet.

Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84700D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Aplerbeck
LWL–Tagesklinik, Allerstr. 1
8 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84701D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Aplerbeck
LWL–Tagesklinik, Allerstr. 1
8 x Montag, ab 20.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84702D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.30-19.00 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84703D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
17.30-19.00 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84704D
Kirsten Nagel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84705D
Kirsten Nagel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.00-21.30 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84706D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido, Osulfweg 44a
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84707D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido, Osulfweg 44a
9 x Dienstag, ab 14.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84708D
Zhivka Zhivkova
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
9 x Freitag, ab 30.01.15
16.00-17.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84709D
Zhivka Zhivkova
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
9 x Freitag, ab 17.04.15
16.00-17.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84710D
Oxana Perogan
Eving
FABIDO Familienzentrum Steiermarkstr. 69
9 x Montag, ab 19.01.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84711D
Oxana Perogan
Eving
FABIDO Familienzentrum Steiermarkstr. 69
9 x Montag, ab 13.04.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84712D
Oxana Perogan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 27.01.15
16.30-18.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84713D
Oxana Perogan
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 14.04.15
16.30-18.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84714D
Marie Hänel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 14 UStd.
56,70 Euro

Veranstaltung 151-84715D
Marie Hänel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84716D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84717D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
11 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.15-19.45 Uhr, 22 UStd.
89,10 Euro

Veranstaltung 151-84718D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.50-21.20 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84719D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
11 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.50-21.20 Uhr, 22 UStd.
89,10 Euro

Veranstaltung 151-84720D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84721D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84722D
Andrea Sendt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84723D
Andrea Sendt
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84724D
Linda Laumert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84725D
Linda Laumert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
64,80 Euro

Veranstaltung 151-84726D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
FABIDO Familienzentrum Oberfeldstraße
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84727D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
FABIDO Familienzentrum Oberfeldstraße
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84728D
Zhivka Zhivkova
Scharnhorst
Westholz Grundschule, Gymnastikraum Westholz 100
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84729D
Zhivka Zhivkova
Scharnhorst
Westholz Grundschule, Gymnastikraum
Westholz 100
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84730D
Barbara Lindemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84731D
Barbara Lindemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Hatha Yoga für Frauen

Durch sanftes Üben, geleitet durch eigenen Atemrhythmus, werden Spannungen abgebaut, die Muskulatur gestärkt und die Konzentration geschult. Eine positive Veränderung beginnt und allgemeines Wohlbefinden stellt sich ein. Körper, Atem und Geist werden in Einklang gebracht.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, ein Kissen und eine Decke mitbringen.

Veranstaltung 151-84800D
Ludmilla Köhne
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 x Dienstag, ab 03.02.15
16.00-17.30 Uhr, 24 UStd.
97,20 Euro

Veranstaltung 151-84805D
Ludmilla Köhne
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
12 x Dienstag, ab 03.02.15
17.45-19.15 Uhr, 24 UStd.
97,20 Euro

Yoga ab 55

Hatha Yoga ist ein jahrtausende altes Übungssystem aus Indien, das sich zusammensetzt aus Körperübungen (Asanas), Atem- und Meditationstechniken. Yoga ist geeignet für Menschen in allen Phasen des Lebens.
Durch eine angepasste Yogapraxis werden die Regenerationskräfte des Körpers gefördert, die körperliche Beweglichkeit und Koordination bleiben erhalten oder werden verbessert, Muskeln und Sehnen werden gekräftigt, die Knochen werden gestärkt, die Durchblutung der inneren Organe wird gefördert und die Verdauung angeregt. Entspannung sorgt für mehr Gelassenheit im Alltag und fördert die Konzentration. Geeignet für Anfänger mit und ohne Yogavorkenntnissen und für Yogaerfahrene, die eine ruhige und intensive Asanapraxis bevorzugen.

Veranstaltung 151-84815D
Michaela Kaiser-Krabbe
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 20.01.15
9.00-10.30 Uhr, 20 UStd.
81,00 Euro

Veranstaltung 151-84816D
Michaela Kaiser-Krabbe
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 14.04.15
9.00-10.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Hatha Yoga für Fortgeschrittene

Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), eine Decke, ein Kissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84900D
Marie Hänel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Montag, ab 26.01.15
19.35-21.05 Uhr, 14 UStd.
56,70 Euro

Veranstaltung 151-84901D
Marie Hänel
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
19.35-21.05 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84902D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84903D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84904D
Andrea Scheu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Veranstaltung 151-84905D
Andrea Scheu
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
72,90 Euro

Stressabbau durch Yoga – für Arbeit und Beruf

Die Teilnehmenden lernen vielfältige Methoden aus dem Yoga kennen, die geeignet sind, Stress zu vermindern, zu vermeiden und stressbedingten Krankheiten vorzubeugen. In Theorie und Praxis kann jeder erfahren, wie Atem- und Körperübungen, Meditation, Entspannung und Achtsamkeit im Alltag eine ausgleichende Wirkung entfalten und Lebenskraft und Arbeitskraft stärken. Es werden wissenschaftliche Forschungsergebnisse zu diesen Themen vorgestellt und ausreichend Gelegenheit gegeben eigene Erfahrungen mit einzelnen Übungen zu machen. Aus der individuellen Erfahrung und Beurteilung heraus, hat jeder die Möglichkeit sich ein Yogapräventionsprogramm zusammenzustellen, dass zu seiner persönlichen beruflichen Situation passt und einen Plan zu dessen Realisierung zu erstellen.
Bitte bringen Sie ein Kissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Sommer-VHS
Bildungsurlaub
Veranstaltung 152-84020D
Anne Fiedler
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Mo-Do, ab 06.07.-09.07.15
9.30-16.30 Uhr, 32 UStd.
165,00 Euro
Anmeldung: BU-Berechtigte bis zum 25.05.15 – Sonstige bis zum 29.06.15

Körperschulung und Bewegung

Wann ist Gesundheitsbildung förderfähig?

Für manche gesundheitsbildende und -fördernde Kursangebote übernehmen die Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen teilweise oder ganz die Teilnahmegebühren.
Voraussetzung für eine Förderung ist eine regelmäßige Teilnahme (mindestens 80%).
Förderfähig können Veranstaltungsangebote sein, die folgenden Präventionsprinzipien zuzuordnen sind:

- Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität
- Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung, welche Veranstaltungen gefördert werden.

Spezialgymnastiken

Osteoporose-Gymnastik

Osteoporose ist eine Krankheit, die oft lange unbemerkt bleibt. Bei der Osteoporose verliert der Knochen an Masse, das heißt, er wird leichter, schwächer und buchstäblich zerbrechlicher.
Das Angebot wendet sich an Menschen, die frühzeitig einer solchen Erkrankung vorbeugen bzw. dem Fortschreiten der Erkrankung entgegen wirken wollen.
Durch ein gezieltes Trainings- und Übungsprogramm wird das Muskel-Skelett-System gestärkt. Das regelmäßige Training beansprucht die Muskulatur und fördert den Aufbau von Knochenmasse.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe, dicke Socken sowie ein kleines Kissen oder Handtuch.

Veranstaltung 151-85100D
Frauke Simon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
11.00-11.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-85101D
Frauke Simon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
11.00-11.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Herz-Kreislauf-Gymnastik für Männer und Frauen ab 50

Der Kurs dient präventiv der Koordination der Motorik und der regelmäßigen Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems. Im Mittelpunkt stehen verschiedene Ausdauer- und Bewegungsübungen mit Musik.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe, dicke Socken sowie ein kleines Kissen oder Handtuch.

Veranstaltung 151-85110D
Frauke Simon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
10.00-10.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-85111D
Frauke Simon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
10.00-10.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Schluss mit dem Diätwahn

Wunderdiäten gibt es nicht. Das was man verliert ist die Lebensfreude. Diäten reduzieren Wasser und Muskelmasse. Außerdem signalisieren sie dem Körper: Achtung Hungersnot! Jo Jo Effekte sind vorprogrammiert.
In diesem Wochenendseminar erhalten Sie alle Informationen, warum Diäten langfristig nicht wirken und wie es wirklich funktioniert.
Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Sportzeug und ein Handtuch.

Veranstaltung 151-85150D
Silke Lenberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 22.02.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 58,40 Euro

Körperschule und Wirbelsäulengymnastik

Schluss mit Nacken- und Rückenschmerzen

Büro Fitness
Sitzen, telefonieren, klicken, tippen: Die körperliche Belastung im Berufsalltag ist oft einseitig. Nacken, Rücken und weitere Schmerzen sind die Folgen. Wenn Schmerzen auftreten ist dies bereits ein Zeichen, dass sich der Körper außerhalb des -grünen Bereichs- befindet. In diesem Seminar werden Ihnen Übungen zur Kräftigung und Entspannung der Muskeln vermittelt. Kein schwitzen aber doch intensiv!
Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Veranstaltung 151-85152D
Silke Lenberg
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 58,40 Euro

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

Das Übungsprogramm, das sich an wissenschaftlich überprüften Wirksamkeitskriterien orientiert, dient der Vorbeugung bei Verspannungen und Schmerzen im Rücken-, Kreuz- und Ischias- sowie Schulter-Nackenbereich durch Kräftigungsgymnastik zur Stärkung von Bauch-, Schulter-Nacken- und Rückenmuskulatur, durch Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen. Ergänzt wird es durch praktische Tipps für den Alltag (im Haushalt, am Arbeitsplatz etc.). Das Übungsprogramm kann nach der im Kurs erfolgten Anleitung selbstständig auch zu Hause durchgeführt und geübt werden.
Ziele sind die Förderung der Gesundheit und die Vorbeugung gegen Rückenschmerzen, nicht deren Therapie.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken sowie ein kleines Kissen oder Handtuch als Kopfunterlage.

Veranstaltung 151-85200D
Karin Meier
Hombruch
Harkort–Grundschule, Behringstr. 59
10 x Montag, ab 12.01.15
20.45-21.45 Uhr, 13 UStd.
47,45 Euro

Veranstaltung 151-85201D
Karin Meier
Hombruch
Harkort–Grundschule, Behringstr. 59
8 x Montag, ab 13.04.15
20.45-21.45 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-85202D
Karin Meier
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
11 x Mittwoch, ab 14.01.15
10.00-11.30 Uhr, 22 UStd.
80,30 Euro

Veranstaltung 151-85203D
Karin Meier
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik

Wollen Sie mit Spaß und Freude an Bewegung und in netter Runde Ihren Rücken stärken und etwas Positives für Ihren Körper tun?! Mit Hilfe funktioneller Gymnastik, Wahrnehmungsübungen und Dehnungs- und Entspannungselementen wird ihre Muskulatur gestärkt und gekräftigt. So werden Sie beweglicher und können die Wirbelsäule betreffende Fehlhaltungen besser erkennen und vermeiden. Ziele sind eine ganzheitliche Gesundheitsförderung, ein stabiler Bewegungsapparat und die Vorbeugung gegen Rückenschmerzen, nicht aber deren Therapie.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken und Isomatte.

Veranstaltung 151-85210D
Martina Ahrend
Hombruch
Ev. Kirchengemeinde Barop
Stockumer Str. 275
9 x Dienstag, ab 27.01.15
19.45-20.45 Uhr
12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-85211D
Martina Ahrend
Hombruch
Ev. Kirchengemeinde Barop
Stockumer Str. 275
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.45-20.45 Uhr
12 UStd., 43,80 Euro

Wer rastet, der rostet! Wirbelsäulengymnastik für Seniorinnen und Senioren

Bewegung und Beweglichkeit dies sind die Schlüssel für eine stabile Gesundheit bis ins hohe Alter. Durch ein gezieltes Trainings- und Übungsprogramm wird das Muskel-Skelett-System gestärkt. Das regelmäßige Training beansprucht die Muskulatur und fördert die Beweglichkeit.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken sowie ein kleines Kissen oder Handtuch als Kopfunterlage.

Veranstaltung 151-85220D
Frauke Simon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
9.00-9.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-85221D
Frauke Simon
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
9.00-9.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-85222D
Karin Meier
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
11 x Freitag, ab 16.01.15
8.30-9.15 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-85223D
Karin Meier
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
8 x Freitag, ab 17.04.15
8.30-9.15 Uhr, 8 UStd.
29,20 Euro

Veranstaltung 151-85224D
Karin Meier
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
11 x Dienstag, ab 13.01.15
8.30-9.15 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-85225D
Karin Meier
Städt. Begegnungszentrum Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Str. 21
8 x Dienstag, ab 14.04.15
8.30-9.15 Uhr, 8 UStd.
29,20 Euro

Den Rücken stärken nach dem Konzept der Bremer Rückenschule

Dieses ganzheitliche Konzept mit Bewegung und Entspannung ist für Menschen jedes Alters. Ziel der Rückenschulung ist die Gesunderhaltung der eigenen Beweglichkeit. Sie lernen ihr Alltagsverhalten zu ändern durch richtiges Stehen, Tragen, Heben, Bücken, Aufstehen, Hinlegen, Sitzen, etc. Durch gezieltes Muskeltraining wird rings um ihre Wirbelsäule ein Korsett aufgebaut.
Muskelverkürzungen werden durch gezielte Dehnübungen verbessert. Gesteigert wird das körperliche Wohlbefinden durch Entspannungsübungen, Reisen durch den Körper, Muskelentspannung, Tiefenentspannung, Ballmassagen etc.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke oder Thermomatte sowie ein kleines Kissen oder Handtuch als Kopfunterlage.

Veranstaltung 151-85230D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 19.01.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-85231D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 13.04.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-85232D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 19.01.15
18.35-20.05 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-85233D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 13.04.15
18.35-20.05 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-85234D
Margit Michalak
Scharnhorst
Familienzentrum Am Stuckenrodt
Am Stuckenrodt 8
9 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-85235D
Margit Michalak
Scharnhorst
Familienzentrum Am Stuckenrodt
Am Stuckenrodt 8
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Körpererfahrung

Die Feldenkraismethode

Bewusstheit durch Bewegung
Die Feldenkraismethode, benannt nach dem israelischen Physiker Moshé Feldenkrais, hilft dabei, mehr von sich wahrzunehmen und sich bewusst zu werden, wie man atmet, sich bewegt und hält. Sie stellt erlernte und gewohnte Bewegungsmuster in Frage, bringt sie durcheinander und fordert dazu heraus, ganz neue oder mit der Zeit in Vergessenheit geratene Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken, auszuprobieren und dabei herauszufinden, wie man sich leichter bewegen kann. Die Methode ist für Menschen jeden Alters geeignet.
Bitte mitbringen: Decke oder Iso-Matte, warme Socken und bequeme, warme Kleidung.

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85290D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 17.01.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 14,60 Euro

Veranstaltung 151-85300D
Ursula Gelzinnus
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
18.00-19.30 Uhr
20 UStd., 73,00 Euro

Veranstaltung 151-85302D
Ursula Gelzinnus
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Mittwoch, ab 22.04.15
18.00-19.30 Uhr
20 UStd., 73,00 Euro

Veranstaltung 151-85303D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Montag, ab 19.01.15
10.00-11.30 Uhr
18 UStd., 65,70 Euro

Veranstaltung 151-85304D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Montag, ab 20.04.15
10.00-11.30 Uhr
18 UStd., 65,70 Euro

Tagesseminar am Samstag
Veranstaltung 151-85305D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 14.03.15, 11.00-16.30 Uhr
6 UStd., 21,90 Euro

Einführung in die F.M. Alexander-Arbeit

Sind Sie beruflich und / oder privat stark gefordert? Lernen Sie die Prinzipien der Arbeit nach F.M. Alexander kennen, wie das Innehalten und sich Ausrichten.
Durch regelmäßiges Anwenden werden Sie sensibler werden in der Wahrnehmung Ihres Körpers. Alte, ungünstige Gewohnheiten werden von neuen, günstigeren „überschrieben". F.M.Alexander-Arbeit dient der Vorbeugung z. B. von Muskel- und Skeletterkrankungen, Burn-Out Symptomen und ist hilfreich bei körperlichen Umstellungsphasen.
Bitte mitbringen: Gymnastikschläppchen, bequeme Kleidung, Schreibzeug und 2-3 Taschenbücher als Kopfstütze.

Veranstaltung 151-85306D
Anke Dau-Rieck
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Sonntag, 26.04.15, 10.30-16.30 Uhr
7 UStd., 25,55 Euro

GYROKINESIS ®

Atmung, Bewegung, Beweglichkeit
GYROKINESIS ® ist ein energetisches Bewegungssystem, dass von dem ungarisch-deutschen Tänzer Juliu Horvath in den 70-er und 80-er Jahren entwickelt worden ist. Anfangs hauptsächlich von Tänzern genutzt erfreut es sich inzwischen weltweit in weiteren Kreisen einer steigenden Beliebtheit: als Therapie, Fitness oder Entspannung und als Prävention für alle Sportarten. Beim GYROKINESIS ®-Training werden Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer in rhythmischer Verbindung mit der Atmung gleichzeitig trainiert. Der Energiefluss und das Lösen von muskulären Widerständen werden durch den ständigen Bewegungsfluss unterstützt. Das Training findet auf einem Hocker und auf dem Boden statt.
Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken mitbringen.

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85410D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 23.01.15, 16.30-18.45 Uhr
3 UStd., 10,95 Euro

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85412D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 17.04.15, 16.30-18.45 Uhr
3 UStd., 10,95 Euro

Veranstaltung 151-85414D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 06.02.15
16.30-18.00 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-85416D
Ramona Cacic-Reinecke
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 24.04.15
16.30-18.00 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Outdoor-Aktivitäten

Nordic-Walking

Regelmäßiges Ausdauertraining im Freien stärkt das Immunsystem und verringert das Erkältungsrisiko.
Dies wirkt besonders auch bei ungemütlichen Witterungsbedingungen.
Durch das Nordic Walking, das Walken mit Unterstützung von Stöcken, wird der gesamte Körper in Schwingung gebracht.
Diese körperliche Anstrengung aktiviert das Immunsystem und die Grippeviren werden wirkungsvoller zurück gehalten.
Zudem wird die Herz-Kreislauf-Leistung verbessert, die Fettverbrennung unterstützt und das Muskel-Skelett-System gestärkt.
Nordic Walking kann unabhängig von Alter, Geschlecht und Kondition ausgeführt werden. Im Zweifelsfall setzen Sie sich mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt in Verbindung.
Bitte anziehen: Laufschuhe und Sportkleidung entsprechend der Witterung. Wenn Sie über keine Walking-Stöcke verfügen, dann geben Sie bitte bei der Anmeldung ihre Körpergröße an, damit geeignete Walking-Stöcke bereitgestellt werden können.

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85500D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
Dienstag, 03.02.15, 17.00-18.30 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85502D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
Freitag, 06.02.15, 9.30-11.00 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85503D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
Dienstag, 07.04.15 17.00-18.30 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Veranstaltung 151-85504D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
7 x Dienstag, ab 10.02.15
17.00-18.30 Uhr, 14 UStd.
51,10 Euro

Veranstaltung 151-85506D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
7 x Dienstag, ab 21.04.15
17.00-18.30 Uhr, 14 UStd.
51,10 Euro

Veranstaltung 151-85508D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
7 x Freitag, ab 13.02.15
9.30-11.00 Uhr, 14 UStd.
51,10 Euro

Veranstaltung 151-85510D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten Wittichstraße/Ecke Nelly-Sachs-Straße
7 x Freitag, ab 24.04.15
9.30-11.00 Uhr, 14 UStd.
51,10 Euro

Stick-Running, Walking und Jogging

Gehen, Joggen und Laufen mit schonender Stockunterstützung in der neuen 4:2 Technik. Durch den Einsatz von Stöcken wird die Muskulatur des Oberkörpers zusätzlich beansprucht, die Ausdauerbelastung ist höher als beim Gehen, Joggen oder Laufen ohne Stöcke und ist für ambitionierte Sportler ebenso geeignet wie für untrainierte Menschen. Kursziel: Cardio-Training (Herz-Kreislauf) und Kräftigung der Arm und Rumpfmuskulatur in der Natur. Je nach Interessenlage der Teilnehmenden können auch zusätzlich Themen zum Trailrunning angeboten werden, z.B. Umgang mit GPS-Gerät, Ausrüstung, Laufen mit Rucksack usw. Weitere Informationen dazu erhalten Sie von dem Dozenten.
Bitte mitbringen: der Wetterlage entsprechende Kleidung.

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85513D
Michael Vorwerg
Treffpunkt: Helmut–Körnig–Halle, linke Seite auf die Halle blickend
Montag, 26.01.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Veranstaltung 151-85514D
Michael Vorwerg
Treffpunkt: Helmut–Körnig–Halle linke Seite auf die Halle blickend
7 x Montag, ab 02.02.15
19.00-20.30 Uhr
14 UStd., 51,10 Euro

Veranstaltung 151-85516D
Michael Vorwerg
Treffpunkt: Helmut–Körnig–Halle linke Seite auf die Halle blickend
7 x Montag, ab 13.04.15
19.00-20.30 Uhr
14 UStd., 51,10 Euro

SwingWalk

SwingWalk ist nachhaltiges Ausdauertraining mit mehr Spaß, mehr Rhythmuserlebnis und weniger Anstrengungsempfinden als Walken oder leichtes Joggen. Der Ganzkörpereinsatz belastet Muskelgruppen und Kreislauf gleichmäßig und ist damit für (Wieder-) Einsteiger/innen ideal.
Rhythmischer Armschwung mit dem pulsierenden Schwungset, sanft abrollende Trabschritte ohne Kniebelastung und individuell eingestellte Belastungsdosierung machen den Unterschied. Der einfache Fitnessaufbau verbessert wirksam den Stoffwechsel, wichtig zum dauerhaften Abnehmen. Die Teilnehmer/innen fühlen sich nach jedem Kurstreff munterer, entspannter und ausgeglichener, nach ca. 4-6 Monaten auch körperlich und mental belastbarer. **Bitte tragen Sie immer der Witterung angepasste bewegungstaugliche Kleidung und adäquates Schuhwerk für sportliche Betätigungen.** Das Schwungset wird gebührenfrei ausgeliehen.
Informationen zum Kurs erteilt F. Herold unter Tel. 02304-237851.

Veranstaltung 151-85520D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Mittwoch, ab 04.02.15
19.30-20.30 Uhr, 5 UStd.
18,25 Euro

Veranstaltung 151-85522D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Mittwoch, ab 25.03.15
19.30-20.30 Uhr, 5 UStd.
18,25 Euro

Veranstaltung 151-85524D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Montag, ab 13.04.15
19.30-20.30 Uhr, 5 UStd.
18,25 Euro

Veranstaltung 151-85526D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Mittwoch, ab 13.05.15
19.30-20.30 Uhr, 5 UStd.
18,25 Euro

Veranstaltung 151-85528D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Montag, ab 01.06.15
19.30-20.30 Uhr, 5 UStd.
18,25 Euro

Gymnastik und Fitness

Programmbereichsleitung:
Jessica Pothmann (re.)
(0231) 50-2 48 36
jpothmann@stadtdo.de

Sachbearbeitung:
Marlis Besançon-Frindt
(0231) 50-2 41 00
mbesancon-frindt@stadtdo.de

Orientierungswoche

Welcher Kurs passt zu Ihnen?

Nutzen Sie die Orientierungswoche, um kurz vor dem Kursbeginn in viele Sparten des Fitness- und Gesundheitsprogramms einzutauchen.

Barre-Concept®
Veranstaltung 151-86001
Elzbieta Rasch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Mittwoch, 21.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Pilates für Männer
Veranstaltung 151-86000
Stefan Kürten
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 19.30-20.30 Uhr
1 UStd., entgeltfrei

Pilates Anfänger
Veranstaltung 151-86002
Jasmin Gollnau
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Pilates Anfänger
Veranstaltung 151-86007
Anja Bovensmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 20.00-21.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Pilates Anfänger
Veranstaltung 151-86011
Stella Lehm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 17.00-18.00 Uhr
1 UStd., entgeltfrei

Pilates Fortgeschrittene
Veranstaltung 151-86008
Anja Bovensmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Fitness-Mix
Veranstaltung 151-86003
Kiriaki Paraskevopoulou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 20.00-21.00 Uhr
1 UStd., entgeltfrei

BOP
Veranstaltung 151-86005
Kiriaki Paraskevopoulou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 18.00-19.00 Uhr
1 UStd., entgeltfrei

BOP
Veranstaltung 151-86006
Heike Conrad
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 16.45-18.15 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Zumba
Veranstaltung 151-86009
Katharina Jähnichen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 22.01.15, 20.30-21.30 Uhr
1 UStd., entgeltfrei

Dance Fitness
Veranstaltung 151-86010
Maren Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Dienstag, 20.01.15, 16.45-18.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Callanetics
Veranstaltung 151-86012
Stella Lehm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.15-19.45 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Bewegungskurse der VHS

Die Forderung nach lebenslanger Fortbildung betrifft nicht nur das berufliche Fachwissen, sondern auch die körperliche Kondition und Verfassung des Menschen.
Um geistig leistungsfähig und kreativ sein zu können, muss auch der Körper fit, beweglich und konditionsstark sein.

Die folgenden Kurse helfen dabei, dieses Ziel zu erreichen.

Für die Teilnahme an den Kursen wird eine normale körperliche Gesundheit vorausgesetzt; bitte wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Arzt.

Pilates für Anfänger

Bewusste Körperhaltung, tiefe und rhythmische Atmung – dieses von Josef Pilates entwickelte Training beansprucht vor allem die selten genutzten Muskeln.
Bei entsprechendem Trainingsaufwand kann ein ausgeglichener, flexibler und starker Körper erzielt werden.
Die Anfängerkurse richten sich an Interessierte, die etwas für ihren Körper tun möchten, auch an Menschen mit Rückenproblemen.
Bitte mitbringen:
Kissen und Handtuch für Bodenübungen und Bodenmatte für die Gymnastikhalle, bequeme und warme Kleidung für die Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-86100D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
20.30-21.30 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-86101D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.30-21.30 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-86102D
Jasmin Gollnau
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd., 58,40 Euro

Veranstaltung 151-86103D
Jasmin Gollnau
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86104D
Anja Bovensmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
20.00-21.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86105D
Anja Bovensmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 13.04.15
20.00-21.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Pilates für Fortgeschrittene

Die Aufbaukurse richten sich an Interessierte, die mindestens zwei Anfängerkurse besucht haben.
Bitte mitbringen:
Kissen und Handtuch für Bodenübungen und Bodenmatte für die Gymnastikhalle, bequeme und warme Kleidung für die Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-86120D
Sandra Schuller
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
10 x Montag, ab 12.01.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Veranstaltung 151-86122D
Sandra Schuller
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
9 x Montag, ab 13.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-86124D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.15-20.15 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Veranstaltung 151-86126D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.15-20.15 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Veranstaltung 151-86128D
Anja Bovensmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86130D
Anja Bovensmann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 13.04.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen. Die Dozentin geht bei jeder Übung auf die jeweiligen Niveaustufen der einzelnen Teilnehmenden ein.
Bitte mitbringen: Kissen und Handtuch, bequeme und warme Kleidung für die Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-86137D
Eva Kovacs
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-86138D
Eva Kovacs
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
9.30-11.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Pilates für Männer

Ist Pilates für Männer geeignet? Natürlich! Joseph Pilates war selbst aktiver Sportler und unterrichtete Boxen und Selbstverteidigung. Die Prinzipien seiner späteren Pilates-Trainingsmethode entwickelte er aus den Bereichen des Sports, der Gymnastik und Bewegungslehren.

Dieser Kurs ist in seiner Intensität speziell zugeschnitten auf ein Training für Männer. Schwerpunkte bilden kraftbetonte Übungen, gezielte Dehnungen und die Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule. Zusammen mit einer Stabilisierung der tiefen Bauch- und Rückenmuskulatur wird eine verbesserte Haltung und Bewegung im alltäglichen und sportlichen Leben erreicht. **Bequeme Kleidung und ein Handtuch sind mitzubringen, Sportschuhe sind nicht notwendig**.

Veranstaltung 151-86140D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 26.01.15
20.30-21.30 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-86142D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 13.04.15
20.30-21.30 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Pilates als meine Erfahrung

Dieser Kurs eignet sich ebenfalls als Einstieg, um erste Erfahrungen mit Pilates zu sammeln. Bewusste Körperhaltung, tiefe und rhythmische Atmung sind Bestandteil dieses Kurses.
Bitte mitbringen: Kissen und Handtuch für Bodenübungen, bequeme und warme Kleidung für die Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-86145D
Stella Lehm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
17.00-18.00 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Gymnastik und Bewegungstraining

Es ist nie zu spät! Bewegungstraining Fünfzig plus

Die Verbesserung der Bewegungsqualität ist in jedem Alter erzielbar. Durch gymnastische Übungen, kleine Tänze und Ballspiele wird das Herz/Kreislaufsystem in Schwung gebracht.
Es werden Gleichgewicht, Gedächtnis und Koordination gefördert.

Veranstaltung 151-86200D
Simone Wecker
Ricarda–Huch–Realschule, Gymnastikhalle, Prinz–Friedrich–Karl–Str. 78
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
16.30-18.00 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Veranstaltung 151-86201D
Simone Wecker
Ricarda–Huch–Realschule, Gymnastikhalle, Prinz–Friedrich–Karl–Str. 78
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
16.30-18.00 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Callanetics

Callanetics ist für alle gedacht, die lernen wollen, ihre Figur zu verbessern und das Gewebe zu straffen.
Schwerpunkte sind die Problemzonenbereiche: Oberschenkel, Gesäß, Hüften, Taille, Bauch und Arme.
Nach einem Aufwärmteil werden die Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen ausgeführt. Die langsamen Bewegungen aktivieren und straffen tiefere Muskelschichten.
Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen.

Veranstaltung 151-86218D
Stella Lehm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86219D
Stella Lehm
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 13.04.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Bewegungstraining für Frauen ab 40

In diesen Kursen geht es um Kräftigung und Dehnung der gesamten Muskulatur und Mobilisierung der Wirbelsäule. Besonderes Augenmerk wird auf die Stärkung der Rücken-, Schulter- und Nackenmuskulatur gerichtet, die speziell bei Rückenschmerzen eines gezielten, effektiven Trainings bedarf. Entspannungsübungen ergänzen das Kursprogramm.

Veranstaltung 151-86300D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
9.30-11.00 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Veranstaltung 151-86301D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
9.30-11.00 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Bewegungstraining für Frauen ab 50

Veranstaltung 151-86304D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
11.05-11.50 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-86305D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
11.05-11.50 Uhr, 8 UStd.
29,20 Euro

Bewegungstraining für Frauen ab 60

Veranstaltung 151-86308D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 13.01.15
10.00-10.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-86309D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 14.04.15
10.00-10.45 Uhr, 9 UStd.
32,85 Euro

Gesundheitsorientierte Gymnastik für Frauen ab 50

Dieser Kurs hilft in der Praxis den altersbedingten Veränderungen der körperlichen Leistungsfähigkeit entgegen zu wirken.
Der Kurs umfasst Übungen zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit, Reaktions- und Gleichgewichtsübungen, muskelaufbauende Übungen zur Stabilisierung und Übungen für die Wirbelsäule.
Der Kurs macht Spaß, bringt Freude an der Bewegung und entspannt.

Veranstaltung 151-86312D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
10 x Dienstag, ab 13.01.15
11.00-11.45 Uhr, 10 UStd.
36,50 Euro

Veranstaltung 151-86313D
Hannelore Iwanski
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 14.04.15
11.00-11.45 Uhr, 9 UStd.
32,85 Euro

Gymnastik für Frauen ab 50

Gesundheitsorientiertes Training für das Herz-Kreislaufsystem und den Halte- und Bewegungsapparat sind die Schwerpunkte dieses Kurses, abgerundet mit dem Turnspiel Prellball zur Verbesserung vieler koordinativer Eigenschaften und mit großem Spaßfaktor.
Bitte mitbringen: feste Turnschuhe und eine Gymnastikmatte.

Veranstaltung 151-86314D
Ursula Granzeuer/Gisela Madzelewski Mengede
Bodelschwingh–Grundschule, Gymnastikhalle, Auf dem Kellerkamp 11
9 x Dienstag, ab 27.01.15
20.00-21.30 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-86315D
Ursula Granzeuer/Gisela Madzelewski Mengede
Bodelschwingh–Grundschule, Gymnastikhalle, Auf dem Kellerkamp 11
10 x Dienstag, ab 14.04.15
20.00-21.30 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Gymnastik für Frauen

Diese Kurse umfassen Dehn- und Kräftigungsübungen, Ausdauer und Konditionstraining sowie Entspannungsübungen.
Bitte eine Bodenmatte mitbringen.

Veranstaltung 151-86320D
Nadide Kottlange
Aplerbeck
Aplerbecker–Grundschule, Gymnastikhalle, Köln–Berliner Str. 72
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Veranstaltung 151-86321D
Nadide Kottlange
Aplerbeck
Aplerbecker–Grundschule, Gymnastikhalle, Köln–Berliner Str. 72
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-86322D
Nadide Kottlange
Robert–Schumann–Berufskolleg
Gymnastikhalle, Sckellstr. 5–7
9 x Montag, ab 19.01.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-86323D
Nadide Kottlange
Robert–Schumann–Berufskolleg
Gymnastikhalle, Sckellstr. 5–7
9 x Montag, ab 13.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Step-Mix

Sie wollen ein abwechslungsreiches Programm? Kraft, Ausdauer, kleine Choreographien, Hanteln, Bänder, Arbeiten mit dem eigenen Körpergewicht, Stretching und Entspannung? Und das alles mit dem Stepbrett? Dann sind Sie hier richtig!
Zu aktueller Musik, Oldies, Musikmixen trainieren wir den Körper in allen Bereichen und sorgen im Anschluss für eine ausgewogene Dehnung und Entspannung. Viel Spaß bei diesem Start in die Woche!
Bitte bringen Sie festes Schuhwerk sowie ein Handtuch mit.

Veranstaltung 151-86400D
Birgit Hill
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86401D
Birgit Hill
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 20.04.15
9.00-10.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

BOP (Bauch-Oberschenkel-Po)

BOP ist ein Weg zu einem „spannenden" Körper. Gezielte, aufeinander aufbauende Kräftigungsübungen zu flotter Musik bringen den Erfolg. Nach einem Aufwärmteil werden in speziellen Übungen die Problemzonen Bauch, Oberschenkel und Po trainiert. Neben Muskelaufbau, Straffung und Fettabbau ist dabei das Konditionstraining und die Stärkung des Herz-Kreislaufsystems ein Schwerpunkt. Ein Cool-down- und Stretchingteil beendet den Kurs.

Bitte feste Turnschuhe, ein Handtuch und Getränke mitbringen.

Veranstaltung 151-86402D
Kiriaki Paraskevopoulou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.00-19.00 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Veranstaltung 151-86403D
Kiriaki Paraskevopoulou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.00 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-86404D
Heike Conrad
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
11 x Mittwoch, ab 14.01.15
16.30-18.00 Uhr, 22 UStd.
80,30 Euro

Veranstaltung 151-86405D
Heike Conrad
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
16.30-18.00 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Veranstaltung 151-86406D
Heike Conrad
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
11 x Mittwoch, ab 14.01.15
18.00-19.30 Uhr, 22 UStd.
80,30 Euro

Veranstaltung 151-86407D
Heike Conrad
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
10 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Veranstaltung 151-86408D
Heike Conrad
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
16.45-18.15 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Veranstaltung 151-86409D
Heike Conrad
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
7 x Donnerstag, ab 16.04.15
16.45-18.15 Uhr, 14 UStd.
51,10 Euro

Veranstaltung 151-86410D
Nadide Kottlange
Hombruch
Eichlinghofer–Grundschule, Turnhalle, Stortsweg 52 – 54
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.30-19.30 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Veranstaltung 151-86411D
Nadide Kottlange
Hombruch
Eichlinghofer–Grundschule, Turnhalle, Stortsweg 52 – 54
9 x Dienstag, ab 14.04.15
18.30-19.30 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Fitness Work-out

Dieser Kurs richtet sich an Alle, die in den frühen Abendstunden einen abwechslungsreichen Fitnesskurs besuchen möchten. Themen sind u.a. Bauch-Beine-Po, Pilates und Rückentraining. **Bitte feste Turnschuhe, ein Handtuch und Getränke mitbringen**.

Veranstaltung 151-86412D
Heike Conrad
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
11 x Dienstag, ab 13.01.15
18.00-19.30 Uhr, 22 UStd.
80,30 Euro

Veranstaltung 151-86413D
Heike Conrad
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
9 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd.
65,70 Euro

Dance Fitness

Abwechslungsreiche und unkomplizierte Tanzkombinationen aus dem Jazz- und Modern Dance, aus Hipp Hopp und Aerobic trainieren die Ausdauer und die Koordination. Der Körperausdruck wird lebendig und selbstbewusst. Die Aufwärm- und Kräftigungsübungen zu Beginn jeder Stunde kräftigen und dehnen den Körper. Die Muskulatur von Bauch, Po und Rücken wird gestärkt und die Körperhaltung verbessert. Dehnungs- und Entspannungsübungen sowie Bewegungselemente aus dem Yoga runden das Fitnesstraining ab. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung und feste Fitnessschuhe

Veranstaltung 151-86415D
Maren Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 27.01.15
16.45-18.00 Uhr, 15 UStd.
54,75 Euro

Veranstaltung 151-86416D
Maren Schulte
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Dienstag, ab 14.04.15
16.45-18.00 Uhr, 15 UStd.
54,75 Euro

ZUMBA

Workout ist anstrengend, monoton und langweilig? Nicht mehr! ZUMBA ist in Deutschland! Wir werden uns zu heißen Klängen aus Lateinamerika, Indien, den USA, dem Orient und zu Musik der ganzen Welt bewegen, bis zu 1000 Kalorien verbrennen, die Muskulatur aktivieren, die Abwehrkräfte stärken und unglaublich viel Energie freisetzen. Ihr solltet einfach Spaß an der Musik und der Bewegung haben! Lasst Euch überraschen, wie sehr ihr schwitzen und gleichzeitig lachen und Freude haben könnt! Welcome to ZUMBA! Let´s ZUMBA!

Veranstaltung 151-86427D
Katharina Jähnichen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
20.30-21.30 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Veranstaltung 151-86428D
Katharina Jähnichen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
20.30-21.30 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-86429D
Katharina Jähnichen
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Samstag, ab 24.01.15
15.00-16.00 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Sie suchen einen Raum für betriebliche Veranstaltungen?

Die VHS bietet modern ausgestattete Seminar- und EDV-Räume für 10 bis 99 Personen. Diese können Sie mieten.

Moderne Medien wie E-Board, Beamer etc., können gegen Aufpreis ebenfalls genutzt werden.

After Work: Mit Power in den Feierabend

Dieser Kurs bietet ein intensives und vielseitiges Trainingsprogramm mit wöchentlich anderen Schwerpunkten wie z. B. Intervall, Fatburner, BOP, Theraband-Workout. Eine kurze Entspannungsphase beendet die Stunde. **Bitte mitbringen:** feste Turnschuhe, Bodenmatte, Theraband und Mineralwasser.

Veranstaltung 151-86433D
Marion Schütte
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
8 x Montag, ab 12.01.15
20.00-21.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86434D
Marion Schütte
Stadtgymnasium, Gymnastikhalle/Eingang Ostwall, Heiliger Weg 25
8 x Montag, ab 23.03.15
20.00-21.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Fitness-Mix

Dieser Fitness-Mix ist ein Herz-Kreislauftraining, das Kondition, Kraft und Koordination steigert. Das Training verbindet einen Mix aus asiatischen Kampfsportarten mit Aerobic und Workout zu rhythmischer Musik. **Bitte mitbringen:** feste Sportschuhe und Handtuch.

Veranstaltung 151-86435D
Kiriaki Paraskevopoulou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Montag, ab 26.01.15
20.00-21.00 Uhr, 11 UStd.
40,15 Euro

Veranstaltung 151-86436D
Kiriaki Paraskevopoulou
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
9 x Montag, ab 13.04.15
20.00-21.00 Uhr, 12 UStd.
43,80 Euro

Joyrobic

Joyrobic bringt den Kreislauf in Schwung – die Teilnehmer können sich mit Freude bewegen, den Alltagsstress vergessen und gleichzeitig die Kondition verbessern. Die Belastungsfähigkeit wird durch dosiertes Training von Kondition, Koordination, Beweglichkeit und Kraft – zum Teil mit Theraband – gesteigert. Eine Entspannungsphase lässt die Stunde ruhig ausklingen. **Bitte feste Turnschuhe, Bodenmatte und Theraband und Mineralwasser mitbringen.**

Veranstaltung 151-86437D
Marion Schütte
Hörde
Gisbert–von–Romberg–Berufskolleg
Hacheneyer Str. 185
8 x Mittwoch, ab 14.01.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86438D
Marion Schütte
Hörde
Gisbert–von–Romberg–Berufskolleg
Hacheneyer Str. 185
10 x Mittwoch, ab 11.03.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Barre Concept® – Workout an der Ballettstange

Barre Concept® ist ein einzigartiges neues und vielseitiges Training aus Amerika. Es besteht aus Ballettstangen-Workout mit Elementen aus dem Ballett, Pilatesübungen auf der Matte und anschliessenden Dehneinheiten aus Yoga und Tanz. Diese Ganzkörpergymnastik hat einen Fitnesscharakter, fördert die Straffung der kompletten Muskulatur, speziell die der Arme, Schultern, Beine, Bauchdecke und schafft durch gezielte Zusammensetzung der Übungen einen schlanken Tänzerkörper. Kraft, Flexibilität und Elastizität werden dabei intensiv trainiert.
Bitte mitbringen: Handtuch, Gymnastikschläppchen und bequeme Sportkleidung.

Veranstaltung 151-86440D
Elzbieta Rasch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86442D
Elzbieta Rasch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86444D
Elzbieta Rasch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 30.01.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Veranstaltung 151-86446D
Elzbieta Rasch
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
8 x Freitag, ab 17.04.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd.
58,40 Euro

Step

Step ist ein gelenkschonendes, optimales Herz-, Kreislauf- und Fettverbrennungstraining mit besonderer Beanspruchung der Bein- und Gesäßmuskulatur. Durch das Treppensteigen auf dem Step wird eine sehr hohe Intensität erreicht, die muskuläre Ausdauer verbessert und Körperfett verbrennt. Ein schweißtreibendes Training mit Musik und sehr viel Spaß!
Bitte mitbringen: feste Turnschuhe und Handtuch.

Veranstaltung 151-86450D
Claudia Weinrich
Robert–Schumann–Berufskolleg
Gymnastikhalle, Sckellstr. 5–7
11 x Dienstag, ab 13.01.15
19.30-21.00 Uhr, 22 UStd.
80,30 Euro

Veranstaltung 151-86451D
Claudia Weinrich
Robert–Schumann–Berufskolleg
Gymnastikhalle, Sckellstr. 5–7
10 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd.
73,00 Euro

Fortbildung für Dozentinnen und Dozenten der VHS

Seminare zur Dozentenfortbildung in 1/2015

Was ist Moodle? Moodle-Aufbauschulung

Nach einer kurzen Auffrischung der Grundlagen in Moodle, werden Inhalte und Verknüpfungen die Einstiegsthemen der Aufbauschulung sein.
Dazu zählen vor allem die Einbindung von Audio- und Videomaterialien sowie auch Links zu externen Inhalten.
Der Umgang mit „Blöcken" und deren Anwendung ist ebenso wichtig, wie gestalterische Aspekte der Kursseiten inkl. Bilder.
Die richtige Kombination verhilft den Lernenden sowie auch den Lehrenden stets den Überblick zu behalten und den Fokus von den Lehrmaterialien und Diskussionsplattformen wie Foren oder Chats nicht zu verlieren. Abschließend wird für wiederkehrende Kurse die Kurssicherung und Weiter-/Wiederverwendung interessant sein.

Veranstaltung 151-88201
Nevzat Kerman
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Freitag, 20.03.15, 10.00-16.00 Uhr
6 UStd., 25,00 Euro

Workshop: Seminare erfolgreich leiten

Veranstaltung 151-88212
Dr. Alexander Bergert
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 30.01.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 31.01.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd.

Workshop: Didaktik und Methodik in der Erwachsenenbildung

Dieser Workshop wendet sich speziell an Tätige in der Erwachsenenbildung und vermittelt grundlegende didaktische und methodische Kompetenzen. Von der Unterrichtsplanung über die verschiedenen Sozialformen bis zur speziellen Methodik für verschiedene Themenbereiche der Erwachsenenbildung sollen die Teilnehmer anhand praxisnaher Beispiele ihre Kenntnisse vertiefen und Neues hinzulernen. Didaktische Prinzipien und ihre praktische Anwendung in der Erwachsenenbildung stehen dabei ebenso auf dem Programm wie der zielgerichtete Einsatz von Medien und die systematische Verwendung von Arbeitsmaterialien.
Die Teilnehmer haben Gelegenheit, das Erlernte anhand von konkreten, praktischen Problemstellungen auszuprobieren und zu trainieren.

Veranstaltung 151-88216
Dr. Alexander Bergert
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.02.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 21.02.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd.

Workshop zum TZI-Konzept Themenzentrierte Interaktion

Dozentenfortbildung im Fachbereich EDV

Das vielfach im Einzelcoaching und der Organisationsentwicklung angewandte Konzept:
http://www.ruth-cohn-institute.com/page/6/jfin_inhalt_tzi-konzept&mm=13&sub=14
wird im Kurs erlebbar* gemacht
- durch gemeinsame Verständigung über die zentralen Elemente von TZI,
- durch Austausch über spezielle Herausforderungen als Dozent im IT-Bereich, durch handhabbare Erfahrungen von TZI (Rollenspiel von „authentischen" Themen) und die Übertragung in den eigenen Dozentenalltag

*„Einmal erleben ist besser als hundertmal hören." Chinesisches Sprichwort

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-88250
Katja Lämmerhirt
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.02.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd.

Smart TV – Tipps und Tricks zur Bedienung

Smart-TV = intelligenter Fernseher? Stimmt!

Moderne TV-Geräte sind mehr als Empfänger für Fernsehprogramme. Dank Internetzugang greifen sie auf Online-Videotheken zu und lassen sich auf Wunsch mit Apps erweitern. Sie lernen die Einsatzmöglichkeiten des neuen Gerätes der VHS Dortmund kennen und wie Sie es optimal in Ihren Kurs integrieren können.
Es werden grundsätzliche Fragen zum Thema Smart-TV beantwortet, sowie weitere Anwendungsbeispiele genannt.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-88258
Alexander Kindermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 14.03.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd.

Einführung in die Nutzung der EDV-Räume

Diese Fortbildung richtet sich an alle Dozentinnen und Dozenten der VHS Dortmund, die EDV-Räume nutzen.
Inhalte:
- Internetseite der EDV-Räume
- Nutzung des Tauschlaufwerkes
- Einstellung der Tastaturen
- Fragen der Dozenten

Veranstaltung 151-88900
Eckhard Malguth
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Montag, 19.01.15, 18.00-19.30 Uhr
2 UStd.

Veranstaltung 151-88901
Eckhard Malguth
Dorstfeld
Creativzentrum, Haus 1, Oberbank 1
Samstag, 14.02.15, 9.00-10.30 Uhr
2 UStd.

Sprachen-Aufbauseminar EPQ

Dieses Seminar wendet sich an Dozentinnen und Dozenten, die in der Erwachsenenbildung tätig sind und vermittelt didaktische und methodische Kompetenzen für den Umgang mit erwachsenen Lernenden.

Veranstaltung 151-88360
Ulrike Rüthing-Vollmer/Marlies Van Gemert
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 07.02.15, 9.30-17.00 Uhr,
8 UStd.

Das Lernen und die Lernenden – EPQ

Dieses Seminar wendet sich an Dozentinnen und Dozenten, die in der Erwachsenenbildung tätig sind und vermittelt didaktische und methodische Kompetenzen für den Umgang mit erwachsenen Lernenden.
Erste Einblicke in die Funktionsweise des Gehirns und die sich daraus ergebenden Konsequenzen für das Lernen vermitteln einen Einblick in verschiedene Lerntypen und unterschiedliches Lernverhalten.
Im Laufe des Seminars werden motivationsfördernde Lerntechniken und aktivierende Praxisübungen zum Einsatz im Unterricht vorgestellt.
Das Seminar ist zugleich ein Pflichtmodul der Erwachsenen Pädagogischen Qualifikation (EPQ).
Vorherige Anmeldung erforderlich.

Veranstaltung 151-88362
Ulrike Rüthing-Vollmer/Britta Bollermann
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Samstag, 15.08.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd.

Italienisch

L'italiano Con piacere

Con l'aiuto di un manuale ben strutturato e ricco di idee facciamo interagire i corsisti rendendoli ben presto autonomi e consapevoli dei loro progressi nella lingua. In questo workshop esamineremo insieme alcune diverse tipologie di attività proposte nel volume A1. Un particolare riguardo sarà rivolto alle prime lezioni di Con Piacere affinché, nell'analisi dell'approccio e delle tecniche didattiche, sia assicurata la realizzazione pratica degli obiettivi.
Con piacere, un rinnovato piacere insegnare l'italiano!

Veranstaltung 151-88370
Ulrike Rüthing-Vollmer
VHS Löwenhof, Hansastr. 2–4
Donnerstag, 26.02.15, 14.00-17.00 Uhr
3 UStd.

Die Teilnahme an diesen Fortbildungsveranstaltungen ist für Dozent/innen der VHS Dortmund entgeltfrei.

Für Dozent/innen anderer Volkshochschulen werden 25,00 Euro, für andere Dozent/innen 50,00 Euro Entgelt erhoben.

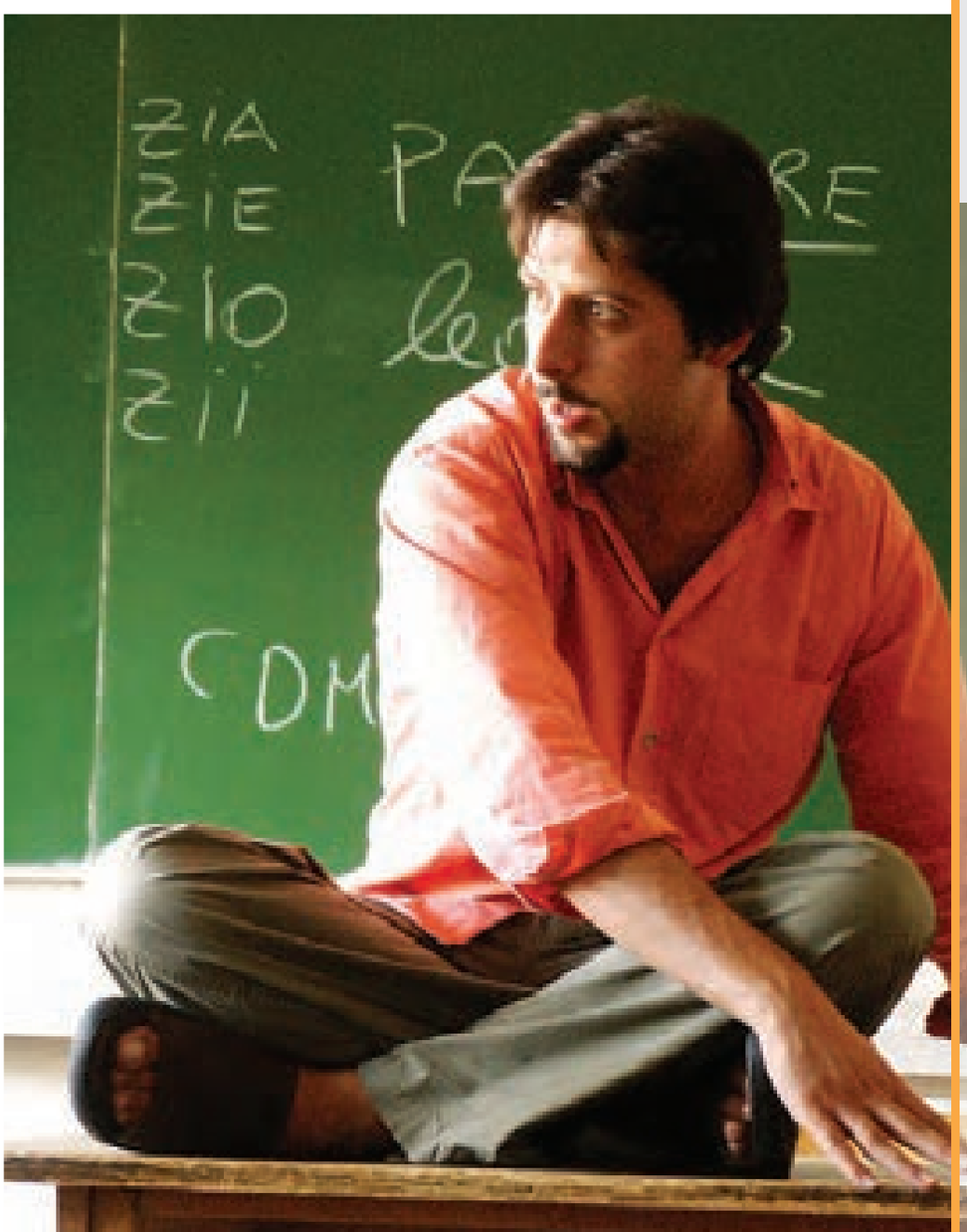
Dozenten und Dozentinnen gesucht!

Die VHS Dortmund sieht sich mit ihrem qualitativen und quantitativen Wachstum stetig vor neue Herausforderungen gestellt.

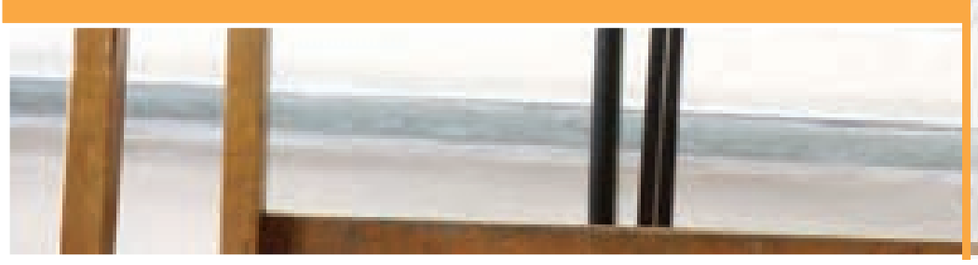
Aktuelle Entwicklungen in Gesellschaft, Wirtschaft, Technik und vielen anderen Bereichen erfordern ein qualifiziertes und besonders motiviertes Dozententeam.

- Haben Sie Interesse an einer Lehrtätigkeit an der VHS Dortmund?
- Können Sie Ihre fachlichen Qualifikationen praxisnah und gut verständlich weitergeben?

Die VHS Dortmund ist daher immer auf der Suche nach neuen Dozenten, die unser Team auf freiberuflicher Basis verstärken.



- **Wenn Sie den Wunsch haben, unsere Teilnehmer/innen von Ihren Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten profitieren zu lassen,**
  ... dann sollten Sie sich bei uns bewerben.



Die Volkshochschule in den Stadtbezirken

Stadtteilleiter
Rainer Bommert
(0231) 50-2 47 10
rbommert@stadtdo.de

Aplerbeck

Aplerbeck, Berghofen

Ansprechpartner:
Roland Schmidt
(0231) 334 843 17
rschmidt@vhs-dortmund.de

Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	U-Stadtbahn	Haltestelle
Haus Rodenberg Rodenbergstr. 36	**B** 420/422/431 **B** 438/439/440	**U** 47	Aplerbeck
Westfälische Klinik für Psychiatrie Marsbruchstr.179		**U** 47	Allerstr./Westf. Klinik für Psychiatrie
LWL-Tagesklinik Allerstr. 1		**U** 47	Allerstr.
Mehrzweckraum Hallenbad Diakon-Koch-Weg 6	**B** 420/422/431 **B** 438/439/440	**U** 47 **U** 47	Aplerbeck Lübckerhofstr.
Städt. Begegnungszentrum Berghofen Am Oldendieck 6	**B** 430/438/439		Berghofen Zentrum
Grundschule Aplerbeck Turnhalle, Köln-Berliner-Str. 72	**B** 420/422/431 **B** 438/439/440	**U** 47 **U** 47	Aplerbeck Lübckerhofstr.

Kompetenzen für den Beruf

SelbstWertTraining I - III

Unsere Wirkung auf andere Menschen hängt direkt mit unserer Beziehung zu uns selbst zusammen. Wie sehr wir uns selbst achten und schätzen, teilen wir unseren Kollegen und Vorgesetzten auf vielfältige und häufig unbewusste Art und Weise mit.
In den drei Seminarmodulen
I. Ausstrahlung, Auftreten und Aussehen
II. Ziele: Gesundheit und Erfolg
III. Sprache und Stimme
wird an allen Aspekten Ihrer beruflichen Kompetenz gearbeitet. Integrität ist dabei der höchste Wert.

Ausstrahlung, Auftreten und Aussehen – Modul 1

Faktoren für Ihren beruflichen Erfolg

Veranstaltung 151-14900D
Barbara Görner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 06.02.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 07.02.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Sprache und Stimme – Modul 2

Über Stärken- und Schwächenanalyse zum Erfolg

Veranstaltung 151-14902D
Barbara Görner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 13.03.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Gelassen und engagiert Konflikte meistern – Modul 3

Umgang mit dem Angstgegner wirkungsvoll Grenzen setzen

Veranstaltung 151-14904D
Barbara Görner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 17.04.15, 18.30-21.45 Uhr
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Kreativität und Selbstentwicklung – Körper, Video und Blick

In der Improvisation alltäglicher Bewegung wird die Aufmerksamkeit auf den Augenblick gelenkt. Die eigene Authentizität wird gestärkt. Ressourcen werden entdeckt. Die etwas andere Entdeckung der Strukturen von Raum und Zeit erweitert die eigene Aufmerksamkeitsfähigkeit und Selbstsicht. Videotechnik wird die bewegenden Körper widerspiegeln und den Blick lenken auf Positives, Außergewöhnliches, Stärken und Möglichkeiten.
Die Teilnehmenden sind einerseits Blickende und anderseits Angeschaute.
Ein offener Blick prägt die eigene Selbstentwicklung hin zur eigenen Individualität und trägt zum gelingenden Miteinander bei.
Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung. Wenn vorhanden Handy mit Videofunktion + Adapterkabel für den Computer

Grundkurs
Veranstaltung 151-14044D
Lena Mösko
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.03.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-14046D
Lena Mösko
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 88,00 Euro

Kundengerechtes Telefonieren – Telefonkommunikation

Kundengerechtes Telefonieren bedeutet, jeden Kundenkontakt am Telefon erfolgreich zu gestalten. Sie erfahren wie Sie Telefongespräche leichter und effektiver gestalten können. Durch eine einheitliche Systematik werden Ihre Telefonate schneller und fehlerfreier sein.

Veranstaltung 151-14322D
Peter Eisfeld
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd., 44,00 Euro

Verhandlungs-/Konfliktmanagementkompetenz

Die Begriffe Konflikt und Verhandlung sind zwei Seiten einer Medaille. In beiden Fällen treffen unterschiedliche/gegensätzliche Positionen aufeinander. Das Streiten um Positionen/Standpunkte ist der Tod jeder Verhandlung, eskaliert jeden Konflikt: Die Anwendung des Harvard-Konzeptes mündet in den meisten Fällen in Win-win-Verhandlungsergebnissen.

Veranstaltung 151-14912D
Heinz-Jürgen Fey
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.30-16.30 Uhr
12 UStd., 66,00 Euro

Englisch

Now or Never
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Alle Teilnehmenden, die in die Sprache einsteigen, bekommen die Möglichkeit, step by step Englischkenntnisse zu erwerben oder zu reaktivieren. Hierbei wird jeder Einzelne in angenehmer und freundlicher Atmosphäre unterstützt und begleitet.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 8
Veranstaltung 151-32209D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-32216D
Barbara Spree
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.30-21.00 Uhr, 34 UStd.
136,00 Euro

Englische Grammatik – leicht erklärt

Mehr Durchblick bei kniffligen Fragen rund um die Grammatik ..., denn die Grammatik ist das Gerüst einer Sprache. Gemeinsam - vom Schüler bis zum Senior – üben wir an konkreten Beispielen ohne Druck und mit viel Spaß.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32550D
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Montag, ab 13.04.15
16.00-17.30 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Englisch nach vielen Jahren
Sie haben vor langer Zeit Englisch gelernt und fühlen sich in Alltagssituationen oftmals unsicher? Wir reaktivieren Ihr Können, alltägliche Situationen zu verstehen, sich zu verständigen oder einfache Texte zu schreiben.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 8
Veranstaltung 151-32618D
Barbara Spree
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.45-19.15 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Fairway – A Big Plus
Sie haben vor längerer Zeit schon einmal Englisch gelernt? Sie möchten beim alltäglichen Sprachgebrauch sicherer werden? Dann sind Sie hier richtig, denn vielfältige Übungsformen reaktivieren früher erworbene Kenntnisse und bauen diese aus. Selbstverständlich wenden Sie alle Fertigkeiten im Gespräch an.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 12
Veranstaltung 151-32712
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Englisch einmal anders

Intensiv-Wochenende nach der PDL-Methode (A2.3)
PDL (Psychodramaturgie Linguistique) ist eine relativ unbekannte, speziell für den Sprachunterricht mit Erwachsenen entwickelte Technik. In entspannter und kreativer Lernatmosphäre sowie mit spielerischen Übungen und Aktivitäten frischen Sie Ihr Englisch auf, üben das Sprechen in kleinen Gruppen und vielfältigen Situationen.
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.

Veranstaltung 151-32850D
Kenneth Gill
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 21.03.15, 10.00-16.30 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 10.00-15.00 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Veranstaltung 151-32852D
Kenneth Gill
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 13.06.15, 10.00-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 10.00-15.00 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

The city of London
Eine Metropole entdecken
Let's read and talk about London! Find out more about this sensational city starting from its glorious history to its fascinating present, from Roman Londinium to Piccadilly Circus, Soho and Westminster today. Together we discover the magic that is London, all the while improving our language skills.
(London – Buch mit Audio-CD, von Gina D. B. Clemen, Langenscheidt ELT, ISBN: 978-352652701-5)

Veranstaltung 151-32868D
Barbara Nölling
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 25.04.15, 9.00-12.15 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

What next?
Zur Vielfalt der englischen Sprache
Viele Vokabeln sind vergessen, Sie sind in Alltagssituationen unsicher – wir bringen Vergessenes wieder ans Licht, um alltägliche Situationen zu verstehen, sich zu verständigen oder einfache Texte zu schreiben.

Lehrbuch: Fairway B1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33114D
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Fairway to Conversation
Freie Konversation ist uns eine willkommene Ergänzung zum Lehrbuch „Fairway 3". Der Unterricht wird vorwiegend in englischer Sprache abgehalten.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 10
Veranstaltung 151-33306D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 14
Veranstaltung 151-33308D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-33312D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Englisch – aber ohne Stress
Ein lockerer Kurs für all diejenigen, die sich mit Englisch befassen möchten - aber ohne Stress. Wir üben Verstehen, Schreiben und Sprechen, Grammatik und Redewendungen. Die Teilnehmenden sollten die Stufe B1 erreicht haben.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 11A
Veranstaltung 151-33318
Dr. Roger C. Spencer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Konversationskurse

In die neue Woche mit Konversation
Wir haben Übung, die elementare Sprachverwendung (A1/A2) abgeschlossen, sind aber noch keine Expertinnen bzw. Experten „in Sachen englischer Sprache".
Unser Schwerpunkt liegt auf der Konversation – dem Sprechen – aber Schriftliches, Wortschatzerweiterung und die Grammatik vernachlässigen wir nicht.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 7A + Spotlight-Magazin
Veranstaltung 151-33404
Dr. Roger C. Spencer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Current Affairs, Discussion and Grammar Revision
Wir diskutieren vorwiegend Themengebiete aus der aktuellen Tagespresse. Der Schwerpunkt liegt auf der mündlichen Kommunikation, grammatische Themenfelder werden jedoch gestreift.
Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-33442
Friedhelm Schulz
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Englisch einmal anders

Knitting while brushing up your English (B1)
Stricken nach englischen Strickanleitungen
Sie sind strickbegeistert und möchten neue Strickmuster ausprobieren? Dann kommen Sie zu uns! Während Sie englische Strickanleitungen lesen und nachstricken, erweitern Sie zugleich ihre Englischkenntnisse.
Bitte mitbringen: Wolle nach Wahl, passende Stricknadeln, Zopfnadel, Schere, Papier und Stifte.

Veranstaltung 151-33480D
Susanne Alexandra Rothenburg
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.02.15, 9.00-14.45 Uhr
Sonntag, 08.02.15, 9.00-14.45 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Durchstarten mit Fairway A2
Wenn Sie den Wunsch haben, in langsamem Lerntempo mehr Englischkenntnisse zu erwerben, dann gelingt Ihnen die Umsetzung Ihrer Ziele in dieser Veranstaltung zweifellos. Freuen Sie sich auf unterschiedlichste Themen mit „Fairway A2" (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501497-8)!

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33830D
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Dienstag, ab 14.04.15
9.00-10.30 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Englisch – Schlüssel zu Land und Leuten
Im Kurs begegnen uns typische alltägliche Situationen, wenn wir z. B. unterwegs in Großbritannien oder in den USA sind. Darüber hinaus verfeinern wir unsere Sprach- und Sachkenntnisse durch ergänzende Lektüre und diskutieren aktuelle „news" und „views" aus der Presse.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-33840D
Jürgen Dornseifer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

In English please!
In entspannter Atmosphäre lesen wir leichte Texte und üben das Sprechen anhand von Rollenspielen. Auf Wunsch verbleibt uns noch genügend Zeit für „Small Talk".

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 12
Veranstaltung 151-33851
Sylvia Heuermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Englisch für Seniorinnen und Senioren
Nützliches für den Alltag
In freundlich-entspannter Atmosphäre üben wir, was überall dort nützlich sein wird, wo die Weltsprache Englisch gesprochen wird. Sie werden zukünftig in erfreulichen und unliebsamen Situationen das Richtige sagen.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33864
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Fairway 3
Conquer the English World
This course welcomes all those who would like to improve their qualifications in the use of the English language by carrying on with Fairway 3. You will cover subjects like: companies with tradition, holiday problems, food, the world of film and music or news. So don't hesitate, come on and conquer this world, too!

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 2
Veranstaltung 151-33866D
Beate Werner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Zeit für Englisch
Englisch lernen erleichtert die Kontaktaufnahme zu Ihren Mitmenschen in der englischsprachigen Welt, wo immer Sie sind: am Flughafen, im Hotel, beim Bestellen des Essens, beim Shopping oder Arzt.
Besonders für solche Situationen üben wir die gängigen Grundformen der schnellen Verständigung. Text-, Bild-, Ton- und Testmaterial laden auch „newcomers" zum Mitmachen ein.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 5/6
Veranstaltung 151-33870
Jürgen Dornseifer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

English knowledge on a higher level (B2.2)
This is your chance to improve your English knowledge by reading, discussing and learning about interesting topics delivered by the book „English Unlimited B2. Upper Intermediate" including the refreshing of your grammar (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-539909-9).
Lehrbuch: English Unlimited B2, ab Lektion 9

Veranstaltung 151-34030D
Barbara Spree
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Welcome to Conversation!
A new learning experience
Conversation and discussions can help you develop your comprehension skills. You'll do mini-presentations and you'll have time enough to talk about your own experiences.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-34110
Christine Fürschke
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
11.30-13.00 Uhr, 34 UStd., 102,00 Euro

Choose Tuesday for English Conversation!

If you want to practise and improve your English conversation skills join this course for lively discussion of all sorts of international, national and local news, and other exciting topics, too.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34114
Beryl Tonn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Time for Ton(n)s of Talking

A great opportunity to improve your English fluency and language skills in a lighthearted atmosphere! Learning by talking about international, national and local news and all sorts of other exciting topics, too!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34123D
Beryl Tonn
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34124D
Beryl Tonn
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Telephoning in English
Telefonieren auf Englisch leicht gemacht

This course is designed for learners who need to develop and consolidate practical telephone skills in a variety of interesting and relevant contexts (message-taking, spelling practice, etc.). A good mastery of English not only communicates a serious impression of your company to your customers, but also provides you the certainty to deal with all situations in business life.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35312D
Cliff Mugenyi
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 21.03.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Job Hunting in English
English for the Job Application Process

This course aims at people who need to use English during the job application process. During this course participants develop the specialist language knowledge and communication skills that job-seekers need to apply for jobs. Topics covered are writing a CV and a cover letter as well as interview techniques. Please be prepared to take part in a mock-interview for training purposes.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35331D
Susanne Alexandra Rothenburg
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.03.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 08.03.15, 9.30-15.00 Uhr
14 UStd., 58,80 Euro

Sunday Morning Business English Club (B2.2)
Fit for the Office!

Sie möchten für Ihre persönliche Entwicklung mehr Sprachkompetenz in kurzer Zeit erlangen und haben bereits Sprachkenntnisse in Business-Englisch? Dann ist dieses Angebot ganz nach Ihrem Geschmack.

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.
Veranstaltung 151-35404D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 26.04.15, 9.30-12.45 Uhr
4 UStd., 16,80 Euro

Business English Dinner (B2.3)
Talking Strategies and Culture Gaps

The first part of this seminar takes place in classroom whereas the second part is located at „Ristorante Castello". Food and drinks are not included.
Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35410D
Anthony Eades
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Mittwoch, 04.03.15, 18.45-22.00 Uhr
4 UStd., 25,00 Euro
Anmeldung bis spätestens 06.03.15

Business Communication Weekend

It is designed to enhance your speaking skills through role-plays, discussions, presentations and related areas.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35416D
Cliff Mugenyi
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 19.06.15, 17.45-21.00 Uhr
Samstag, 20.06.15, 9.00-15.00 Uhr
12 UStd., 50,40 Euro

Motivation
Management Tools for Running a Successful Business

There is a growing recognition in the scientific community and in the HR (human resources) departments of cutting-edge companies, however, that thinking about motivation in the 21st century has to change. Sophisticated, creative 21st century tasks need a different approach. The seminar looks at up-to-date and important works about motivation.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-35417D
René Lindner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 14.03.15, 9.00-16.30 Uhr
8 UStd., 33,60 Euro

Französisch

Niveaustufe A.2.1 Auffrischen

Sie haben vor längerer Zeit Französisch gelernt und trotzdem haben Sie das Gefühl, dass Sie in Frankreich nicht einmal das „Allernötigste" sagen können? Wenn Ihre Zeit nicht für einen längeren Kurs reicht, dann hilft Ihnen dieser Kurs, sich in typischen Alltagssituationen zu behaupten.

Veranstaltung 151-36404
Ulrike Rüthing-Vollmer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Niveaustufe B1.3

In den Kursen der Niveaustufe B1.1 -B1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Voyages, Band 3, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529280-2. Wenn Sie die Möglichkeit haben, das Lehrbuch frühzeitig zu erwerben, sollten Sie die Zeit bis Kursbeginn nutzen, die vorherigen Lektionen noch einmal zu Hause durchzuarbeiten.

ab Lektion 11/12
Veranstaltung 151-36736
Josette Menke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Freitag, ab 30.01.15
10.35-12.05 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Einführung in die Konversation

Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks „Voyages" (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie In diesem Kurs. Es wird ohne Buch gearbeitet.

ab Lektion 9
Veranstaltung 151-36809
Julie Calvo
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Veranstaltung 151-36810
Chantal Delay
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
16 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 32 UStd., 128,00 Euro

Veranstaltung 151-36812
Josette Menke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Freitag, ab 30.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Cours de conversation 1

Ces cours demandent une participation active de chacun à une discussion sur un thème choisi, puis à l'étude de textes littéraires. Les discussions portent sur des sujets ou événements actuels à partir d'articles de journaux divers.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-36816
Fabienne Schewior
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Italienisch

Viva le vacanze

Der Kurs trainiert in kurzen Unterrichtseinheiten alle wichtigen Redemittel, die im Urlaub benötigt werden.

Veranstaltung 151-37008D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd., 40,00 Euro

Veranstaltung 151-37206D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
5 x Mittwoch, ab 29.04.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd., 40,00 Euro

Italienisches Rudelsingen

Wer kennt nicht die Ohrwürmer von Adriano Celentano, Gianna Nannini oder Eros Ramazzotti. Kaum jemand kennt die Namen der Interpreten, die so bekannte canzoni wie „Volare" (Domenico Modugno) oder „Lasciatemi cantare" (Toto Cotugno) produziert haben. Im wunderschönen Ambiente von Haus Rodenberg haben Sie an diesem Abend die Gelegenheit, mit dem Italienischdozenten und Musiker Sergio Gelsomino einige dieser italienischen Nr. 1-Hits im Rudel zu singen.

Veranstaltung 151-37358D
Sergio Gelsomino
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Donnerstag, 11.06.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 5,00 Euro

Niveaustufe A2.1

Wenn Sie schon etwas länger Italienisch gelernt haben (2 Jahre und mehr), ist ein Kurs der Niveaustufen A2.1 - A2.3 für Sie geeignet. Auf jeden Fall sollten Sie sich beraten lassen. Lehrbuch: Con piacere A2, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525183-0 Wenn Sie gute Vorkenntnisse haben sollten Sie die kostenlose Fachberatung in Anspruch nehmen.

Kleingruppe – ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37404
Sandra Mauro
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe A2.1

In den Kursen der Niveaustufe A2.1 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Con piacere A2, Bestell-Nr. 978-3-12-525183-0.
In dieser Stufe behandeln Sie die Themen: Wünsche äußern, Erlebnisse erzählen, Biografien schreiben, Auskünfte einholen.

ab Lektion 1
Veranstaltung 151-37406
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
19 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.30-21.00 Uhr, 38 UStd., 144,00 Euro

Dolce Vita in Haus Rodenberg

Ein Kurs in der schönen Umgebung von Haus Rodenberg hilft Ihnen, die gelernten Strukturen und Vokabeln, die Sie im Laufe eines Semesters gelernt haben, zu festigen, ohne dabei den Spaß zu verlieren. Allegro A 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-525582-1

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-37410D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
12 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 24 UStd., 96,00 Euro

Auffrischen auf A2-Niveau

Sie haben Grundkenntnisse Italienisch, die Sie in entspannter Atmosphäre an einem Vormittag im Wasserschloss Haus Rodenberg vertiefen möchten.
Lehrbuch: Con piacere A2, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-525183-0

Veranstaltung 151-37412D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
7 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.45-12.15 Uhr, 14 UStd., 56,00 Euro

Veranstaltung 151-37414D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
7 x Donnerstag, ab 16.04.15
10.45-12.15 Uhr, 14 UStd., 56,00 Euro

Italienisch für Wiedereinsteiger

Sie haben Grundkenntnisse Italienisch, die Sie in entspannter Atmosphäre an einem Vormittag im Wasserschloss Haus Rodenberg vertiefen möchten. Sie arbeiten mit dem Lehrbuch Allegro, B 1, 978-3-12-525584-5.

ab Lektion 6/7
Veranstaltung 151-37420D
Maria Pia Sanso-Hahn
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
17 x Montag, ab 26.01.15
10.45-12.15 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Allora, andiamo!

Sie möchten Ihre Italienischkenntnisse in intensiver Form vertiefen? In diesem Kurs auf der Niveaustufe B1 haben Sie die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse zu erweitern.
Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Konversation, ab L11
Veranstaltung 151-37424D
Giuseppina Baracchi-Krause
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 21.02.15, 9.00-12.15 Uhr
Samstag, 14.03.15, 9.00-12.15 Uhr
Samstag, 18.04.15, 9.00-12.15 Uhr
Samstag, 25.04.15, 9.00-12.15 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.00-12.15 Uhr
20 UStd., 80,00 Euro

Canta che ti passa

Der Italienischdozent und Musiker Sergio Gelsomino nimmt Sie mit seiner Gitarre auf eine Reise durch italienische canzoni. Ganz nebenbei wiederholen Sie wichtige Kapitel der italienischen Grammatik auf A2-Niveau.

Veranstaltung 151-37428D
Sergio Gelsomino
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
5 x Donnerstag, ab 23.04.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd., 40,00 Euro

Niveaustufe B1.3. Konversation

Veranstaltung 151-37530
Sandra Mauro
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Dienstag, ab 27.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Notizie d'attualità e letteratura

Wir lesen und diskutieren über aktuelle Themen unserer Welt und ergänzen diese mit italienischen literarischen Kurztexten.

Veranstaltung 151-37604
Giuseppina Baracchi-Krause
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
15 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 30 UStd., 120,00 Euro

Spanisch

Vivan las vacaciones!

Der Kurs trainiert in kurzen Unterrichtseinheiten alle wichtigen Redemittel, die im Urlaub benötigt werden.
Lehrbuch: Buen viaje!, Spanisch für die Reise, Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-020249-2

Veranstaltung 151-38026D
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
9.00-10.45 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Niveaustufe A1.3

Wenn Sie schon einmal Spanisch gelernt haben, ist einer der höheren Kurse für Sie geeignet. Um den richtigen Kurs zu finden, sollten Sie sich beraten lassen (Termine siehe oben). In den Kursen der Niveaustufe A1.3 arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Caminos, neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514954-0.

ab Lektion 8
Veranstaltung 151-38306
N.N.
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
19.30-21.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Auffrischkurs

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht die Wiederholung wichtiger Redesituationen: persönliche Begegnungen, Freizeit, im Restaurant, im Hotel. Con gusto A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514 99908

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-38400
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Niveaustufe A2.1

In den Kursen der Niveaustufen A2.1-A2.3 lernen Sie u.a. Feste vorzubereiten und Geschenke einzukaufen, Einladungen auszusprechen und Probleme zu schildern.
Lehrbuch: Caminos neu, A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514956-4

Kleingruppe – ab Lektion 1
Veranstaltung 151-38404
Gabriela Bittig Evadista
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
18 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niveaustufe B1.3

Für alle, die bereits längere Zeit Spanisch gelernt haben, eignen sich die Kurse der Niveaustufen B1.1 - B1.3.
Auch hier sollten Sie sich in jedem Fall beraten lassen, um gemeinsam mit einer Dozentin den für Sie richtigen Kurs zu finden (s. Beratungstermine).
In den Kursen der Niveaustufen B1.3. arbeiten Sie mit dem Lehrbuch: Caminos B1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-514958-8

Kleingruppe – ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38630
Gabriela Bittig Evadista
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
16 x Montag, ab 26.01.15, 16.00-17.30 Uhr
32 UStd., 128,00 Euro

Conversación, lectura y actualidad

Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks Caminos (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie in diesem Kurs. In erster Linie arbeiten Sie darauf hin, dass Sie immer freier sprechen können und wiederholen zudem wichtige Bereiche der Grammatik.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38802
Julia Castro Aravena
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
16 x Montag, ab 26.01.15
9.00-10.30 Uhr, 32 UStd., 128,00 Euro

Einführung in die Konversation

Geschafft! Die Bände 1 und 2 des Lehrwerks Caminos (oder vergleichbare Lehrwerke) haben Sie bereits durchgearbeitet. Vielen fällt es jedoch schwer, das Gelernte so umzusetzen, dass relativ freies Sprechen möglich ist. Genau das trainieren Sie in diesem Kurs. Es wird ohne Buch gearbeitet.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-38804
Julia Castro Aravena
Aplerbeck
Städt. Begegnungszentrum Berghofen
Am Oldendieck 6
18 x Montag, ab 26.01.15
10.35-12.05 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Niederländisch

Niederländisches Wochenende

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Diese Wochenenden richten sich an Teilnehmer/innen, die es privat, beruflich oder zum Studieren in die Niederlande zieht, die aber keine Vorkenntnisse in der Landessprache haben.

Veranstaltung 151-39309D
Johan Dijkgraaf
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 08.05.15, 18.00-21.15 Uhr
Samstag, 09.05.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 9.30-12.45 Uhr
16 UStd., 64,00 Euro

Portugiesisch

Férias no Brasil, Portugal?

Sie planen einen Urlaub in Brasilien oder in eines der Länder, in denen Portugiesisch gesprochen wird? Dann sollten Sie dieses Wochenende nutzen, um sich die Grundkenntnisse zur sprachlichen Verständigung im Gastland anzueignen. Sie erhalten einen intensiven Einstieg in die Alltagskommunikation und erfahren nebenbei von der brasilianischen Muttersprachlerin Lenir Schruba-Dias Wissenswertes über kulturelle Besonderheiten. Für Personen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Veranstaltung 151-40206D
Lenir Schruba-Dias
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.00-16.30 Uhr
12 UStd., 48,00 Euro

Bulgarisch

Niveaustufe A1.1

Bulgarisch kompakt am Wochenende für Einsteiger

Sie interessieren sich für die bulgarische Sprache und die kyrillische Schrift? Dann sind Sie in diesem Wochenendkurs richtig. Unsere Dozentin Zhivka Zhivkova vermittelt einen Einblick in die kulturellen Besonderheiten des Landes und macht Sie sprachfähig!

Veranstaltung 151-41100D
Zhivka Zhivkova
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 25.04.15, 9.00-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.00-16.30 Uhr
16 UStd., 48,00 Euro

Politik

Politik ist auch Frauensache

Besondere Beachtung gilt dem Frauenbild, der Berücksichtigung und Wahrnehmung frauenspezifischer Fragestellungen, wie sie im Meinungsbild der Presse zum Ausdruck kommen.

Veranstaltung 151-51110
Eckhard Matthies
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Dienstag, ab 13.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd., 19,00 Euro

Veranstaltung 151-51112
Eckhard Matthies
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
7 x Dienstag, ab 05.05.15
9.30-11.45 Uhr, 21 UStd., 15,00 Euro

Baustelle Stadtbahn U47: Untertunnelung der B1 in Aplerbeck

Über das umfangreiche, rund 34 Mio. Euro teure Projekt können wir uns bei einer Baustellenbegehung informieren. Wichtig: Festes Schuhwerk (falls vorhanden, Sicherheitsschuhe) und wetterfeste Kleidung!

Exkursion
Veranstaltung 151-51220
Andreas Peters
Aplerbeck
Treffpunkt: LWL-Klinik, Marsbruchstr. 179, Haus 6, 1. Etage (= Baubüro)
Montag, 22.06.15, 14.00-16.45 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Archäologie

Die Nibelungen – Auf den Spuren von Siegfried & Co.

Fast jede Nation hat einen Mythos, der auf die eine oder andere Weise gepflegt wird. In Deutschland ist es das Nibelungenlied, welches besonders im 19. Jahrhundert die Gemüter bewegte. Heute gehört die Nibelungensage kaum noch zur Allgemeinbildung, obwohl sie auch heute noch die Gemüter erhitzen kann, wenn sich Forschung und Aberglaube gegenüber stehen. Der ausgewiesene Experte in Sachen Siegried und Co., der Buchautor Dirk Sondermann, hat sich auf Spurensuche begeben und Xanten, Worms, Lorsch, Regensburg, Budapest und andere Orte bereist, die mit den Nibelungen in Verbindung gebracht werden. Freuen Sie sich auf eine kurzweilige und spannende Einführung in die geheimnisvolle Welt der Nibelungen und ihre literarischen und historischen Vorbilder.

Veranstaltung 151-52201
Diplom-Theologe Dirk Sondermann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Montag, 02.03.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Geschichte und Archäologie der frühen Seefahrt im Mittelmeer

Auf der Grundlage unterschiedlichster Zeugnisse, die von Felsbildern bis zu Aufsehen erregenden Schiffswracks reichen, gibt der Vortrag einen Überblick zu diesen spannenden Fragen und zur frühen Seefahrt in der faszinierenden Region des Mittelmeers.

Vortrag
Veranstaltung 151-52400
Dr. Dirk Paul Mielke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.02.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Die Phönizier

Als bedeutende Seefahrer und Entdecker haben die Phönizier wie keine andere Kultur in der erste Hälfte des 1. Jahrtausends v. Chr. die Geschichte von der Levante bis zur Iberischen Halbinsel – und sogar darüber hinaus – maßgeblich beeinflusst.

Vortrag
Veranstaltung 151-52401
Dr. Dirk Paul Mielke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Tartessos: Mythos und Realität

Im deutschsprachigen Raum ist wenig bekannt über die spannende Entdeckung, Geschichte und Erforschung, die mit dem sagenumwobenen Tartessos verbunden sind. Der Vortrag möchte diesen Umstand beseitigen und über den Mythos und die archäologische Realität von Tartessos informieren.

Vortrag
Veranstaltung 151-52402
Dr. Dirk Paul Mielke
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 24.04.15, 19.00-20.30 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Kunst-Matinee

Die Vincent van Gogh-Matinee: Der Künstler und seine Wahlverwandtschaften

Zum Anlass des 125. Todesjahres von Vincent van Gogh finden in den Niederlanden unter dem Motto „125 Jahren Inspiration" mehrere Veranstaltungen statt.

Veranstaltung 151-60205
Reintje Brenders M.A.
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.03.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 25,00 Euro

Wien um 1900 – Zentrum des Jugendstils

Mit der Gründung der Wiener Secession am 3. April 1897 war Wien endgültig eine Stadt der Avantgarde. Gustav Klimt, Koloman Moser, Josef Hoffmann, Joseph Maria Olbrich und andere entwickelten einen völlig eigenständigen Wiener Jugendstil. Die Künstler hatten sich formiert, um gegen den traditionellen Kunstbegriff anzutreten.
Veranstaltung 151-60211
Dr. Andreas Zeising/Frank Scheidemann M.A.
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 13.06.15, 11.00-14.00 Uhr
4 UStd., 25,00 Euro

Die Welt der Bücher

Leseerfahrungen austauschen

Lesezirkel im Wasserschloss

Wir beginnen mit Friedrich Christian Delius, dem vielseitigen und hochgelobten Schriftsteller und zwei seiner langen Erzählungen, für die die Stadt Rom den Hintergrund bildet: das sind „Bildnis der Mutter als junge Frau", im Jahr 1943 spielend und das gerade erschienene Buch „Die linke Hand des Papstes".

Veranstaltung 151-62104D
Marie Deegener
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
9.30-11.45 Uhr, 24 UStd., 96,00 Euro

Lesen – Diskutieren – Verstehen

Dieses Seminar wendet sich an alle, die Interesse daran haben, im Gedankenaustausch mit anderen literarische Texte und Themen zu erschließen.

Veranstaltung 151-62105D
Elisabeth Durm
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd., 120,00 Euro

Goethe, Faust 1 und Faust 2

Wer kennt nicht geflügelte Worte wie „Gretchenfrage"? Dass das Drama um den erkenntnishungrigen Gelehrten, der sich mit dem Teufel verbindet, auch ausgesprochen moderne Probleme anspricht, ist weniger bekannt.

Veranstaltung 151-62109D
Elisabeth Durm
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd., 120,00 Euro

Philosophie des Sports

Der Sport als zentraler Bestandteil unseres Alltags soll im Kurs unter philosophischen Perspektiven thematisiert werden.

Veranstaltung 151-62152D
Prof. Dr. Hans-Ulrich Lessing
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
5 x Dienstag, ab 10.02.15
17.45-19.15 Uhr, 10 UStd., 40,00 Euro

Weltgeschichtentag 20.03.

Zum Weltgeschichtentag feiern wir die Kunst, mit wenigen Worten in fremde Welten einzutauchen. Wir erlesen und erschreiben uns eine bunte Sammlung an Geschichten.

Veranstaltung 151-62308D
Nicole Mundhenk
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 21.03.15, 9.30-12.45 Uhr
Sonntag, 22.03.15, 9.30-12.45 Uhr
10 UStd., 40,00 Euro

Lesung im Haus Rodenberg Krimilesung

Nach dem Erfolg des ersten Krimis der Ideengruppe „Tatort Augustinum", „Mord in der Bittermark", hat die Gruppe einen neuen Krimi mit dem Titel „Macht der Musik" geschrieben.

Veranstaltung 151-62400
Christine Havemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Mittwoch, 06.05.15, 15.30-17.00 Uhr
3 UStd., 15,00 Euro

Musik

Workshop „Cool-Drummings" – Schlagzeug Grundkurs

Instrumente stehen zur Verfügung; Stöcke, wenn vorhanden, bitte mitbringen! Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64600D
Michael Horn
Aplerbeck
Ostkirchstrasse 177
Samstag, 14.03.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Wochenendseminar
Veranstaltung 151-64602D
Michael Horn
Aplerbeck
Ostkirchstrasse 177
Samstag, 13.06.15, 11.00-14.00 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 11.00-14.00 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Kreatives Gestalten

Aquarellmalerei

Wer den gestalterischen Freiraum der Aquarellmalerei nutzen möchte, benötigt umfassende Grundkenntnisse über Farben, Farbmischungen, Bildkompositionen und Perspektive. Sie erhalten viele Tipps zur jeweiligen Malweise (Trockentechnik, Nass-in-Nasstechnik, lasierende Technik).

Veranstaltung 151-72504D
Christa Fuchs
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Freitag, ab 30.01.15
9.30-11.45 Uhr, 24 UStd., 70,80 Euro

Nähen und Textilgestaltung

Der Umgang mit der Overlock

Perfekte Nähergebnisse und Zeitersparnis – das sind die herausragenden Vorteile einer Overlock-Maschine. Die Overlock ist die ideale Ergänzung zur normalen Nähmaschine.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76010
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 10.02.15, 18.30-21.45 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76012
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 08.03.15, 10.00-13.15 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76014
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 14.04.15, 18.30-21.45 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76016
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 28.06.15, 10.00-13.15 Uhr
4 UStd., 14,00 Euro

Der Umgang mit der Nähmaschine

Sie lernen die Funktion einer Nähmaschine kennen und üben mit Hilfe der Dozentin erste Nähte auf der Maschine.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76034
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 27.01.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76036
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 22.02.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76038
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 03.03.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76040
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 05.05.15, 17.45-21.45 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76042
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 14.06.15, 10.00-14.00 Uhr
5 UStd., 17,50 Euro

Grundtechniken für Anfänger/innen

In diesem Kurs werden Nähgrundlagen aus dem Schneiderhandwerk „Schritt für Schritt" erlernt.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76080
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Samstag, ab 07.02.15
9.30-15.15 Uhr, 28 UStd., 99,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76082
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Samstag, ab 09.05.15
9.30-15.15 Uhr, 28 UStd., 99,50 Euro

Grundtechniken für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs erlernen die AnfängerInnen die Nähgrundlagen aus dem Schneiderhandwerk „Schritt für Schritt", die Fortgeschrittenen vertiefen ihre Nähgrundlagen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76090
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Montag, ab 26.01.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76091
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Donnerstag, ab 29.01.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76092
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Donnerstag, ab 12.03.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76093
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Montag, ab 16.03.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76094
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Donnerstag, ab 07.05.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76095
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Montag, ab 11.05.15
18.30-21.45 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76096
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Freitag, ab 30.01.15
9.00-12.15 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76097
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Freitag, ab 13.03.15
9.00-12.15 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76098
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Freitag, ab 22.05.15
9.00-12.15 Uhr, 22 UStd., 78,50 Euro

Nähen für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Die Dozentinnen beraten Sie beim Stoffkauf, Zuschneiden und Nähen, Schnittabänderungen und geben die nötige Hilfestellung, damit aus dem Modell Ihrer Träume auch ein reales „Traummodell" wird.

Veranstaltung 151-76104
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Mittwoch, ab 04.02.15
15.00-18.15 Uhr, 22 UStd., 77,00 Euro

Veranstaltung 151-76106
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
6 x Mittwoch, ab 15.04.15
15.00-18.15 Uhr, 22 UStd., 77,00 Euro

Veranstaltung 151-76110
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 14.01.15
18.30-21.45 Uhr, 30 UStd., 84,00 Euro

Veranstaltung 151-76114
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Mittwoch, ab 29.04.15
18.30-21.45 Uhr, 30 UStd., 84,00 Euro

Aktuelle Mode am Wochenende

Die Dozentin gibt Tipps und zeigt Ihnen Kniffe für schwierige Arbeiten wie z. B. Taschen, Ärmel und Kragen. Nähkenntnisse sollten vorhanden und der Umgang mit der Maschine vertraut sein.

Veranstaltung 151-76402
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 24.01.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 25.01.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Veranstaltung 151-76404
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 01.03.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Veranstaltung 151-76406
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Veranstaltung 151-76408
Britta Sänger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 20.06.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 21.06.15, 9.30-16.00 Uhr
16 UStd., 56,00 Euro

Änderungsschneiderei

Ändern ist nicht schwer. Mit vielen Kniffs und Tricks zeigt Ihnen die Dozentin leicht verständlich, wie Sie Ihre Bekleidung oder auch Dekobedarf passgenau umarbeiten und wie aus einem langweiligen Teil etwas ganz besonderes anfertigt wird.

Veranstaltung 151-76500
Verena Bolte
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Dienstag, 21.04.15, 18.30-20.00 Uhr
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.00 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.00 Uhr
18 UStd., 63,00 Euro

Nähen an zwei Abenden

Dieser Kurs ist für Teilnehmende gedacht, die ein Kleidungsstück zu Ende nähen oder einen Teil der Kleidung ändern möchten. Unter fachkundiger Anleitung werden die letzten Handgriffe erledigt wie z. B. Kleiderlängen festlegen, Kleidungsstücke abstecken, Knopflöcher nähen, Reißverschlüsse einnähen, Taschenpositionen festlegen und vieles mehr. Kleingruppe
Veranstaltung 151-76504
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
2 x Mittwoch, ab 11.03.15
18.30-21.45 Uhr, 8 UStd., 28,00 Euro

Stricken für Anfänger/innen

Schritt für Schritt üben wir gemeinsam den Maschenanschlag, rechte Maschen, linke Maschen, Randmaschen, Zunahmen, Abnahmen und vieles mehr.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76700
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 23.01.15
16.00-18.15 Uhr, 12 UStd., 42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76702
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 06.03.15
16.00-18.15 Uhr, 12 UStd., 42,00 Euro

Stricken für Fortgeschrittene

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der Strickschrift und Strickanleitungen.

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76710
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 23.01.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd., 42,00 Euro

Kleingruppe
Veranstaltung 151-76712
Britta Erdmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
4 x Freitag, ab 06.03.15
18.30-20.45 Uhr, 12 UStd., 42,00 Euro

Pädagogik und Psychologie

Entrümpeln: Endlich wieder frei!

An diesem Infoabend sollen erfolgversprechende Entrümpelungsmethoden und eine praktische Anleitung zum systematischen „Aufräumen" vorgestellt und die Struktur konkret eingeübt werden.

Veranstaltung 151-80211D
Sigrid Brandt
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 01.03.15, 12.00-15.00 Uhr
4 UStd., 16,00 Euro

Bitte einmal auftanken plus...: Powerstream per Intensivcoaching!

Gönnen Sie sich eine bewusste Auszeit mit wechselnden Phasen für Ausruhen/Verarbeiten und effektivem Coaching im intensiven Reinformat.

Veranstaltung 151-80217D
Liane Chris Strauß
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 18.04.15, 11.00-15.30 Uhr
6 UStd., 30,00 Euro

Träume als Wegweiser

Dieses Seminar vermittelt einen ersten theoretischen aber auch praktischen Einblick, wie wir die Heilkräfte der Träume entschlüsseln können, um neue Wege zur Stressbewältigung zu beschreiten.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-80233D
Marlies Grasmann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 27.06.15, 10.00-17.00 Uhr
8 UStd., 36,00 Euro

Dem „Bauchgefühl" vertrauen

An diesem Infoabend erfahren Sie eine kurze, theoretische Einführung über die Bedeutung und die positiven Auswirkungen eines stimmigen Bauchgefühls.

Veranstaltung 151-80241
Sigrid Brandt
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 20.03.15, 19.30-21.45 Uhr
3 UStd., 9,00 Euro

Glücksbringer! – Strategien für ein erfülltes Leben

Auf humorvolle Weise diskutieren wir Wege zu mehr Gelassenheit im Alltag. Im Spiegel unterhaltsamer Anekdoten und Video-Spots aus Kaffeehaus und Wissenschaft überlisten wir die Unberechenbarkeit des Lebens.

Veranstaltung 151-80249D
Dr. Torsten Reters
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 22.02.15, 11.30-17.00 Uhr
7 UStd., 31,50 Euro

Nein-Sagen und Grenzen setzen mit Selbstbewusstsein!

Lernen Sie praxisnah, wie Sie Ihre Willensstärke entwickeln, Ihre Selbstsicherheit und Selbstbehauptung stärken können, um den privaten und beruflichen Alltag besser zu meistern.

Veranstaltung 151-80305D
Liane Chris Strauß
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 15.03.15, 9.30-16.00 Uhr
8 UStd., 35,00 Euro

Gedanken lesen – (k)eine Zauberei, Körpersprache und Mikrosignale

Machen Sie sich Know-How zunutze aus Gehirnwissenschaft, Linguistik bzw. Metasprache, Sozial- und Verhaltenspsychologie.

Veranstaltung 151-80311D
Liane Chris Strauß
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 19.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 38,00 Euro

Ein Single kommt selten allein!

Informative Gespräche, neue Kontakte und hilfreiche Tipps für das Single-Leben.

Veranstaltung 151-80315D
Dr. Torsten Reters
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 26.04.15, 11.30-17.00 Uhr
7 UStd., 31,50 Euro

Gesundheit

Frauengesundheitstag
Neben der Progressiven Muskelentspannung, Phantasiereisen und kleinen Massageübungen begleiten Achtsamkeitsübungen diesen Frauengesundheitstag.

max. 12 Frauen
Veranstaltung 151-82111D
Ingeborg Bartsch-Seeliger/Anke Ferlemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Sonntag, 08.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 42,00 Euro

Selbsthypnose – Mentaltraining: Workshop
Sie erlernen ein Schnellverfahren für eine zielgerichtete Trance.
www.selbsthypnose-workshop.de

Veranstaltung 151-82205D
Markus Wollschläger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 04.07.15, 9.00-16.00 Uhr
8 UStd.,36,00 Euro

Kosmetika nach den eigenen Bedürfnissen selbst herstellen
In der Regel wissen wir nicht, was sich hinter der Auflistung der vielen fremd klingenden, oft sehr klein geschriebenen Inhaltsstoffe auf den Verpackungen verbirgt. Sind allergie- oder krebserregende Substanzen dabei?

Tagesseminar
Veranstaltung 151-82229D
Helga Rietig
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 20.06.15, 13.00-16.00 Uhr
4 UStd., 18,00 Euro

Entgiften und Entschlacken in den Wechseljahren
In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit Heil- und Nahrungspflanzen Ihren Körper entgiften und entschlacken können, um Platz zu schaffen für mehr Kreativität und Wohlbefinden in den Wechsel-/Wandeljahren.

Veranstaltung 151-82307
Ingeborg Bartsch-Seeliger
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Freitag, 27.02.15, 17.00-19.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Eurythmie – sich anders bewegen
In diesem Kurs werden Sie eine Art „hygienische Eurythmie" kennenlernen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83117D
Barbara Wagner
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 07.02.15, 10.00-16.00 Uhr
7 UStd., 29,50 Euro

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson – für Anfänger/innen
Veranstaltung 151-83205D
Barbara Maria Piel
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd., 81,00 Euro

Veranstaltung 151-83207D
Barbara Maria Piel
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.45-21.15 Uhr, 16 UStd., 72,00 Euro

Autogenes Training
Veranstaltung 151-83315D
Gerlinde Rinkewitz
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd., 72,00 Euro

Veranstaltung 151-83317D
Gerlinde Rinkewitz
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
8 x Donnerstag, ab 19.03.15
18.00-19.30 Uhr, 16 UStd., 72,00 Euro

Zen-Meditation in klassischer buddhistischer Form
Der Kurs als „Türöffner", um den Weg zu eigenständiger Übung zu erschließen.

Veranstaltung 151-83401D
Horst Kaemmerling
Aplerbeck
Treffpunkt: Westf. Zentrum für Psychiatrie, Marsbruchstr. 179, Räume der Bewegungstherapie, Haus 29, EG
5 x Mittwoch, ab 11.02.15
18.30-20.45 Uhr, 15 UStd., 63,00 Euro

Veranstaltung 151-83403D
Horst Kaemmerling
Aplerbeck
Treffpunkt: Westf. Zentrum für Psychiatrie, Marsbruchstr. 179, Räume der Bewegungstherapie, Haus 29, EG
5 x Mittwoch, ab 29.04.15
18.30-20.45 Uhr, 15 UStd., 63,00 Euro

Frauen entspannen natürlich ... anders mit der Chinesischen Heilkunst
Sie haben häufig Stress, Hektik, Überforderung im Berufs-Familie-Alltag? Dann nehmen Sie sich „Zeit für sich selbst, um sich zu erholen".

Veranstaltung 151-84015D
Christina Gott-Jabby
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 28.02.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,40 Euro

Stressabbau im Berufsalltag mit Qi Gong
Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-84025D
Anne Fiedler
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Di-Fr, 30.06.-03.07.2015, 9.30-16.30 Uhr
32 UStd., 165,00 Euro
Anmeldung: BU-Berechtigte bis zum 19.05.15, Sonstige bis zum 23.06.15

Hui Chun Gong
Der Frühling kommt zurück
Hui Chun Gong gilt als eines der Qigong Systeme, die als Verjüngungsübungen für die chinesischen Kaiser, von daoistischen Mönchen entwickelt wurden.

Veranstaltung 151-84200D
Ho-Jung Böhmer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 25.04.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 64,80 Euro

Traditionelles Yi Jin Jing
Shaolin Qigong
Den Teilnehmenden sollen die verschiedenen Übungen und Prinzipien des Yi Jin Jing Qi Gongs nähergebracht werden.

Veranstaltung 151-84220D
Ho-Jung Böhmer
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 9.30-16.30 Uhr
16 UStd., 64,80 Euro

Hatha Yoga
Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet.

Veranstaltung 151-84700D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Aplerbeck
LWL–Tagesklinik, Allerstr. 1
8 x Montag, ab 26.01.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84701D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Aplerbeck
LWL–Tagesklinik, Allerstr. 1
8 x Montag, ab 20.04.15
17.45-19.15 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84730D
Barbara Lindemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84731D
Barbara Lindemann
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.45-21.15 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Die Feldenkraismethode
Bewusstheit durch Bewegung

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85290D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 17.01.15, 10.00-13.00 Uhr
4 UStd., 14,60 Euro

Veranstaltung 151-85300D
Ursula Gelzinnus
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Mittwoch, ab 21.01.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 73,00 Euro

Veranstaltung 151-85302D
Ursula Gelzinnus
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
10 x Mittwoch, ab 22.04.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 73,00 Euro

Veranstaltung 151-85303D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Montag, ab 19.01.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

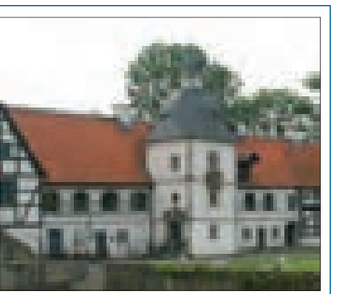
Veranstaltung 151-85304D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
9 x Montag, ab 20.04.15
10.00-11.30 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

Tagesseminar am Samstag
Veranstaltung 151-85305D
Gisela Algermissen
Aplerbeck
Haus Rodenberg, Rodenbergstr. 36
Samstag, 14.03.15, 11.00-16.30 Uhr
6 UStd., 21,90 Euro

Gymnastik für Frauen
Dieser Kurs umfasst Dehn- und Kräftigungsübungen, Ausdauer und Konditionstraining sowie Entspannungsübungen.
Bitte eine Bodenmatte mitbringen.

Veranstaltung 151-86320D
Nadide Kottlange
Aplerbeck
Aplerbecker–Grundschule, Gymnastikhalle, Köln–Berliner Str. 72
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.30-20.00 Uhr, 20 UStd., 73,00 Euro

Veranstaltung 151-86321D
Nadide Kottlange
Aplerbeck
Aplerbecker–Grundschule, Gymnastikhalle, Köln–Berliner Str. 72
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro



Stadtbezirk Aplerbeck

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Apotheke Eichholz, Eichholzstr. 36
Apotheke Nathebach, Schwerter Str. 306
Apotheke Merkur, Jasminstr. 15
AVIA Tankstelle, Aplerbecker Str. 377
AWO-Begegnungsstätte, Sölder Str. 148
Bezirksverwaltungsstelle, Aplerbecker Marktplatz 21
Ewaldi-Buchhandlung, Köln-Berliner-Str. 20
Hallenbad, Diakon-Koch-Weg 6
Sparkasse, Köln-Berliner-Str. 18
Sparkasse, Gevelsbergstr. 30
Sparkasse, Berghofer Str. 147
Sparkasse, Nelkenstr. 11
Sparkasse, Sölder Str. 93
Städt. Begegnungszentrum Berghofen, Am Oldendieck 6
Volksbank, Köln-Berliner-Str. 21 a
Volksbank, Berghofer Str. 155
Volksbank, Eichholzstr. 36
Volksbank, Sölder Str. 99
Zweigbibliothek, Köln-Berliner-Str. 31

Brackel

Brackel, Asseln, Neuasseln, Wambel, Wickede

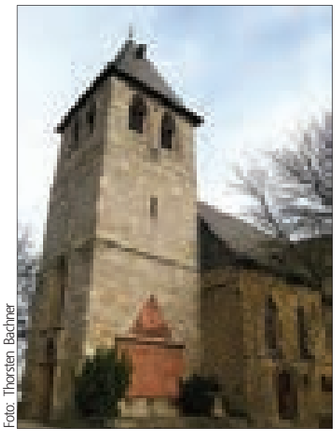


Foto: Thorsten Bachner

Ansprechpartnerin:
Angelika Sieckmann
(0231) 25 99 72
asieckmann@vhs-dortmund.de

Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	U-Stadtbahn	Haltestelle
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou Oberdorfstr. 23	**B** 420/422	**U** 43	Brackel Kirche
Immanuel-Kant-Gymnasium Grüningsweg 42		**U** 43	Ruckebierstraße
Haus Beckhoff Brackeler Hellweg 142	**B** 420/422	**U** 43	Brackel Kirche
Knappschaftskrankenhaus Wieckesweg 27		**U** 43	Knappschafts-krankenhaus
AWO-Wambel Akazienstraße 2	**B** 422	**U** 43	Juchostr.
Kulturhaus Neuasseln Buddenacker 9	**B** 422		Haslindestraße

Now or Never
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Alle Teilnehmenden, die in die Sprache einsteigen, bekommen die Möglichkeit, step by step Englischkenntnisse zu erwerben oder zu reaktivieren. Hierbei wird jeder Einzelne in angenehmer und freundlicher Atmosphäre unterstützt und begleitet.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 9
Veranstaltung 151-32215D
Gabriele Anskeit
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Englisch einmal anders

Refresh your English and your Body
Fitness für Frauen
Sie möchten Ihre englischen Sprachkenntnisse verbessern, ihre Merkfähigkeit steigern, sich durch Bewegung fit halten und sich gleichzeitig mit Musik positiv auf die neue Woche einstimmen? Dann sind Sie hier genau richtig! Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bereit gestellt.

Veranstaltung 151-32416D
Bettina Kliebisch
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 26.01.15
9.30-11.00 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Veranstaltung 151-32417D
Bettina Kliebisch
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 13.04.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd., 64,00 Euro

Step by Step
Englisch im Alltag und auf Reisen
Dieses Seminar bietet Ihnen Gelegenheit, miteinander Englisch zu sprechen und zu hören, die Grammatik zu festigen und Ihren Wortschatz aufzubauen. Ob es um Reisebroschüren, Wochenendausflüge, Fragen und Beschwerden zu Ferienunterkünften oder um Shopping geht: Schritt für Schritt kommen Sie zum Lernerfolg.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32523D
Kathrin Packeiser
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Donnerstag, ab 22.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 2 und Lektüre
Veranstaltung 151-32525D
Klaus-Jürgen Weiß
Brackel
Immanuel-Kant-Gymnasium, Grüningsweg 42
18 x Montag, ab 26.01.15
19.45-21.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32532D
Gabriele Anskeit
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.35-21.05 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Fairway – A Big Plus
Sie haben vor längerer Zeit schon einmal Englisch gelernt? Sie möchten beim alltäglichen Sprachgebrauch sicherer werden? Dann sind Sie hier richtig, denn vielfältige Übungsformen reaktivieren früher erworbene Kenntnisse und bauen diese aus.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 10
Veranstaltung 151-32710D
Kathrin Packeiser
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Easy Every Day Conversations (A2.3)
In a Relaxed and Lively Atmosphere
Do you understand quite a lot of English, but need more confidence in speaking? Are you learning English for work, travel or just for fun? These groups are for people of all ages and from all walks of life.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-32814
Christine Fürschke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
17 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.00-10.30 Uhr, 34 UStd., 102,00 Euro

What next?
Zur Vielfalt der englischen Sprache
Den Rahmen dieser Veranstaltungen bilden u. a. Dialoge, Wortschatz- und Grammatikübungen sowie anregende Diskussionen zu Beispielen aus der englischen Alltagssprache.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 3/4 + Lektüre
Veranstaltung 151-33112
Klaus-Jürgen Weiß
Brackel
Immanuel-Kant-Gymnasium, Grüningsweg 42
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Let's talk about it
Easy Every Day Conversation
Are you prepared for everyday life in an English-speaking world? This course will help you to feel more confident while travelling, working or just chatting with English-speaking friends.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33440D
Kathrin Packeiser
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
10.30-12.00 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Englisch für Senioren
Mit Sicherheit!
Wir üben mit Hilfe von Dialogen, Rollenspielen und dem Erzählen eigener Erlebnisse.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 13 und weiteres Material
Veranstaltung 151-33850
Gisela Rego
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Geschichte – lokal

Die Umgestaltung der Halde Schleswig
Unbrauchbares Gestein der Zeche Schleswig sorgte zu Beginn für die Entstehung der gleichnamigen Halde. Später wurde hier u.a. Schlacke und Bauschutt von den Hüttenwerken abgelagert, zuletzt von der ThyssenKrupp Steel AG. Mittlerweile sind die Bauarbeiten zur Rekultivierung und Modulierung der Haldenoberfläche bereits weit vorangeschritten und die Halde steht kurz vor der Fertigstellung. Geschichte und Gegenwart der Halde als auch deren Zukunft als Naherholungsgebiet mit Spazierwegen lernen wir bei einer „Besteigung des Gipfels" mit seiner grandiosen Aussicht kennen. Wichtig: Festes, unempfindliches Schuhwerk (z.B. Wanderstiefel) und wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Sommer-VHS
Veranstaltung 151-51222
Andreas Peters
Brackel
Treffpunkt: Eingangsgebäude Deponie Schleswig ThyssenKrupp Steel AG, Aplerbecker Straße, Dortmund-Asseln
Freitag, 03.07.15, 15.00-17.45 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Musik

Die Welt der Cajon
Die Grundlagen und Spieltechniken werden unter fachkundiger Anleitung erarbeitet. Anfänger/innen können mit Inspiration und Spaß in die faszinierende Welt dieses Instrumentes eintauchen. Bitte bringen Sie Ihre eigene Cajon mit (soweit vorhanden). Die Instrumentenausleihgebühr beträgt 20,00 Euro.

Anfängerkurs
Veranstaltung 151-64501D
Michaele Mohr
Brackel
Kulturhaus Neuasseln, Buddenacker 9
5 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.00-21.15 Uhr, 15 UStd., 64,50 Euro

Aufbaukurs
Veranstaltung 151-64511D
Michaele Mohr
Brackel
Kulturhaus Neuasseln, Buddenacker 9
5 x Donnerstag, ab 12.03.15
19.00-21.15 Uhr, 15 UStd.
64,50 Euro

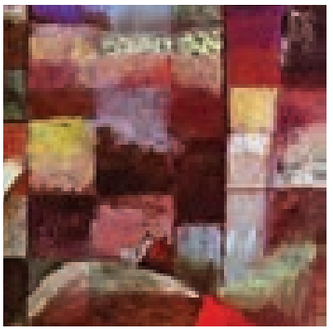
Kreatives Gestalten

Offene Malwerkstatt – Fotorealismus in Öl
Ziel dieses Malkurses ist es, die Technik einer genauen Vorzeichnung bis zum fertigen fotorealistischen Gemälde zu erlernen, mit erkennbarer individueller Handschrift.

Der Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.
Veranstaltung 151-72042D
Annette Quambusch
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Freitag, ab 23.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd., 83,20 Euro

Pop-Art – Malerei in Acryl und Öl
In diesem Kurs wird erlernt, die Motive auf Ihre wichtigsten grafischen Merkmale zu reduzieren. Es wird mit leuchtenden und grellen Farben in Öl oder Acryl auf Leinwand, an der Staffelei, gearbeitet. Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72046D
Annette Quambusch
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Freitag, ab 24.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd., 83,20 Euro



Kubistische Landschaftsmalerei

Moderne Malerei auf Leinwand

Sie werden sich ein Landschaftsmotiv aus einer Vielzahl von Vorlagen heraussuchen und es zeichnerisch auf die Leinwand bringen. Danach werden Sie Schritt für Schritt versuchen, Ihr Motiv in kubistische Formen zersplittern und mit diesen Fragmenten eine neue Landschaft erschaffen. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72100D
Olivia Rost
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Mittwoch, ab 04.02.15
18.45-21.00 Uhr, 24 UStd., 66,00 Euro

Ungleiche Paare

Malerei auf Leinwand

Dieses Seminar ist übertragbar auf alle freundschaftlichen oder partnerschaftlichen Verbindungen, von denen man annehmen würde, dass sie nicht funktionieren können. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72102D
Olivia Rost
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
7 x Montag, ab 02.02.15
18.45-21.00 Uhr, 21 UStd., 57,75 Euro

Aquarellmalerei

Sie erhalten viele Tipps zur jeweiligen Malweise (Trockentechnik, Nass-in-Nass-technik, lasierende Technik). Für geübte Teilnehmer/innen sind auch freie und experimentelle Arbeiten möglich. Sofern das Angebot nicht gesondert gekennzeichnet ist, sind die Kurse für Anfänger/innen und fortgeschrittene Teilnehmer/innen geeignet. Es entstehen Materialkosten.

Veranstaltung 151-72602D
Annette Quambusch
Brackel
Immanuel-Kant-Gymnasium, Grüningsweg 42
8 x Montag, ab 26.01.15
16.00-18.15 Uhr, 24 UStd., 66,00 Euro

Veranstaltung 151-72604D
Annette Quambusch
Brackel
Immanuel-Kant-Gymnasium, Grüningsweg 42
8 x Montag, ab 13.04.15
16.00-18.15 Uhr, 24 UStd., 66,00 Euro

Pädagogik und Psychologie

Der Trauer Raum geben

Das Seminar wendet sich an Mütter und Väter, die mit Gleichbetroffenen ins Gespräch kommen wollen, ohne Angst haben zu müssen, in ihren Gefühlen verletzt zu werden.

Gesprächskreis
Veranstaltung 151-80201D
Eckhard Wedegärtner
Brackel
Haus Beckhoff, Brackeler Hellweg 142
10 x Montag, ab 12.01.15
19.15-21.30 Uhr, 30 UStd., 45,00 Euro

Gesprächskreis
Veranstaltung 151-80203D
Eckhard Wedegärtner
Brackel
Haus Beckhoff, Brackeler Hellweg 142
10 x Montag, ab 13.04.15
19.15-21.30 Uhr, 30 UStd., 45,00 Euro

Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?

Mediation als Konfliktlösungsmethode in Betrieben und Organisationen

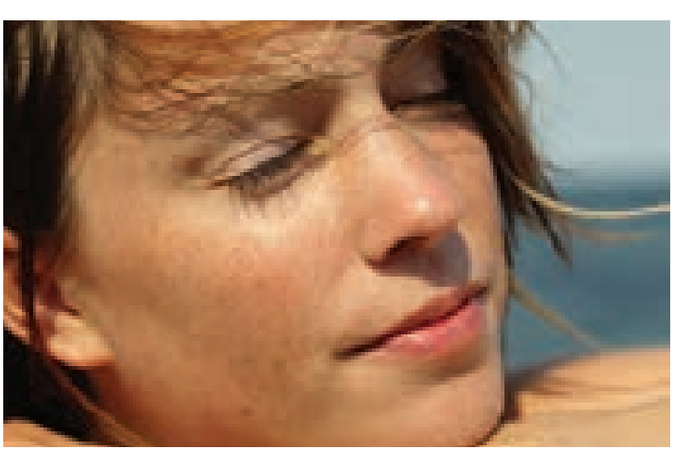
Dieses Seminar vermittelt durch mediative Techniken der Kommunikation und Gesprächsführung Angehörigen von Betrieben, Organisationen, Institutionen etc. wie auch Privatpersonen einen praxisbezogenen Lösungsansatz zur eigenen Konfliktbewältigung und zur Moderation von Konflikten. Anmeldefrist für BU-Berechtigte: 08.06.15, sonstige Anmeldungen: 29.06.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-81405D
Claudia Gravenhorst
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mo-Do 06.07.-09.07.15, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 10.07.15, 9.00-12.30 Uhr
36 UStd., 220,00 Euro

Frühjahrsputz – Entgiftung und Gewichtsregulierung mit Basenfasten

Beim Basenfasten ist Essen erlaubt und durch das gleichzeitige Entgiften und Entschlacken fühlen Sie sich bald nicht nur leichter, sondern auch wohler, vitaler und ausgeglichener. **Vorbesprechung:** Mittwoch, 25.02.15, 9.30-11.45 Uhr

Veranstaltung 151-82305D
Tina Köster
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mittwoch, 25.02.15, 9.30-11.45 Uhr
Montag, 09.03.15, 11.15-13.00 Uhr
Mittwoch, 11.03.15, 9.30-11.15 Uhr
Freitag, 13.03.15, 9.30-11.15 Uhr
10 UStd., 45,00 Euro



Gesundheit

Stressprophylaxe, Konzentrationstraining & Selbstmanagement

In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, wie Sie Stresssituationen körperlich und seelisch gelassen und erfolgreich mit westlichen und östlichen Entspannungsverfahren meistern können. Bildungsurlaubsberechtigte melden sich bitte bis zum 30.03.15 an – übrige Anmeldung bis 20.04.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-83003D
Christina Gott-Jabby
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Mo-Do, 27.04.-30.04.15, 9.30-16.00 Uhr
32 UStd., 160,00 Euro

Effektive Methoden im Stressmanagement

Ziel des Seminars ist die effektive Bewältigung von Stresssituationen und die Stärkung eigener Ressourcen für den Arbeitsalltag. Bildungsurlaubsberechtigte bitte bis 25.05.15 anmelden – sonstige Anmeldung bis 15.06.15

Bildungsurlaub
Veranstaltung 151-83007D
Alfred Ludwig
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Montag, 22.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Dienstag, 23.06.15, 9.30-16.30 Uhr
Mittwoch, 24.06.15, 9.30-16.30 Uhr
24 UStd., 120,00 Euro

MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction

Das 8-Wochen Trainingsprogramm nach Prof. Dr. Kabat-Zinn

Das Erlernen von Achtsamkeit ist eine wirkungsvolle Methode Stress an der Wurzel zu beheben. Es stärkt das Immunsystem und macht Sie resistenter gegen negative Stressoren.

Veranstaltung 151-83011D
Diana Reiter
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Donnerstag, ab 22.01.15
17.30-20.00 Uhr, 34 UStd., 193,00 Euro

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Das 8-Wochen Trainingsprogramm nach Prof. Dr. Kabat-Zinn

MBSR (mindfulness based stress reduction) ermöglicht es Ihnen, im Alltag gelassener und souveräner mit Belastungen in Beruf, Familie oder mit Krankheit umzugehen.

Veranstaltung 151-83017D
Sabine Henke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Donnerstag, 16.04.15, 17.15-19.45 Uhr
Donnerstag, 23.04.15, 17.15-19.45 Uhr
Donnerstag, 30.04.15, 17.15-19.45 Uhr
Donnerstag, 07.05.15, 17.15-19.45 Uhr
Donnerstag, 21.05.15, 17.15-19.45 Uhr
Donnerstag, 28.05.15, 17.15-19.45 Uhr
Samstag, 30.05.15, 10.00-15.30 Uhr
Donnerstag, 11.06.15, 17.15-19.45 Uhr
Donnerstag, 18.06.15, 17.15-19.45 Uhr
34 UStd., 193,00 Euro

Trance Dance

Ziel des Trance Dance Rituals ist es, eine andere Wahrnehmung, eine größere Bewusstheit und Transformation zu erreichen. Der Körper folgt dem Rhythmus der Musik, so dass Geist und Seele auf Reise gehen und neue Erfahrungen machen können.

Veranstaltung 151-83113D
Renate Fischer-Kremer
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 21.02.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 14,00 Euro

Veranstaltung 151-83115D
Renate Fischer-Kremer
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 25.04.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 14,00 Euro

Buddhismus – Weg zum inneren Licht?

Der Buddhismus bietet aus seiner 2500-jährigen Tradition eine Vielzahl von Methoden und Erkenntnissen, die es uns möglich machen, mit unserem eigenen menschlichen Potenzial in Berührung zu kommen und in uns selbst Glück und Frieden zu finden.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83405D
Olaf Nitschke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 13.06.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Meditation – eine Reise in den „inneren Raum"

In diesem Seminar üben wir eine Atemmeditation, eine Meditation über positive Emotionen für sich selbst und andere und eine Meditation im Gehen.

Tagesseminar
Veranstaltung 151-83407D
Olaf Nitschke
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Sonntag, 26.04.15, 9.30-16.30 Uhr
8 UStd., 32,00 Euro

Shiatsu – Entspannung durch Berührung

Veranstaltung 151-83502D
Sabine Bruchmann-Allek
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Samstag, 04.07.15, 11.00-16.00 Uhr
6 UStd., 27,00 Euro

Yoga – Kraftquelle des Alltags

Bitte bringen Sie eine Matte, eine Decke, ein Kissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84600D
Annette Sonntag
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Dienstag, ab 27.01.15
10.00-11.30 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84602D
Annette Sonntag
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
6 x Dienstag, ab 14.04.15
10.00-11.30 Uhr, 12 UStd., 48,60 Euro

Hatha Yoga

Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet. Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84702D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
17.30-19.00 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84703D
Eva-Maria Bachner-Niemann
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Mittwoch, ab 22.04.15
17.30-19.00 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84720D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 27.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84721D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Hatha Yoga für Fortgeschrittene

Hatha weist darauf hin, dass es Kraft und Ausdauer bedarf, um das Ziel zu erreichen. Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), eine Decke, ein Kissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84902D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84903D
Andrea Sendt
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Dienstag, ab 14.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Den Rücken stärken nach dem Konzept der Bremer Rückenschule

Gesteigert wird das körperliche Wohlbefinden durch Entspannungsübungen, Reisen durch den Körper, Muskelentspannung, Tiefenentspannung, Ballmassagen etc.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke oder Thermomatte sowie ein kleines Kissen oder Handtuch als Kopfunterlage.

Veranstaltung 151-85230D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 19.01.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

Veranstaltung 151-85231D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 13.04.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

Veranstaltung 151-85232D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 19.01.15
18.35-20.05 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

Veranstaltung 151-85233D
Margit Michalak
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Montag, ab 13.04.15
18.35-20.05 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

Pilates für Anfänger

Die Anfängerkurse richten sich an Interessierte, die etwas für ihren Körper tun möchten, auch an Menschen mit Rückenproblemen.
Bitte mitbringen: Kissen und Handtuch für Bodenübungen und Bodenmatte für die Gymnastikhalle, bequeme und warme Kleidung für die Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-86100D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
20.30-21.30 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-86101D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
20.30-21.30 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Pilates für Fortgeschrittene

Die Aufbaukurse richten sich an Interessierte, die mindestens zwei Anfängerkurse besucht haben. **Bitte mitbringen:** Kissen und Handtuch für Bodenübungen und Bodenmatte für die Gymnastikhalle, bequeme und warme Kleidung für die Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-86124D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.15-20.15 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-86126D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
9 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.15-20.15 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Pilates für Männer

Schwerpunkte bilden kraftbetonte Übungen, gezielte Dehnungen und die Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule. Zusammen mit einer Stabilisierung der tiefen Bauch- und Rückenmuskulatur wird eine verbesserte Haltung und Bewegung im alltäglichen und sportlichen Leben erreicht.

Veranstaltung 151-86140D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 26.01.15
20.30-21.30 Uhr, 11 UStd., 40,15 Euro

Veranstaltung 151-86142D
Stefan Kürten
Brackel
VHS im Kultur– und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
8 x Montag, ab 13.04.15
20.30-21.30 Uhr, 11 UStd., 40,15 Euro

Veranstaltungsorte, die ebenerdig oder unter Überwindung maximal einer Stufe zugänglich sind und über eine Behindertentoilette verfügen:

VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23

Stadtbezirk Brackel

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

balou e.V., Oberdorfstr. 23
Bezirksverwaltungsstelle, Brackeler Hellweg 170
Haus Beckhoff, Brackeler Hellweg 142
Marie-Juchacz-Haus, Flegelstraße 42
Edeka, Brackeler Hellweg 137
Rewe, Holzwickeder Str. 111
Niehörster Buchhandel, Brackeler Hellweg 130a
PC-Spezialist, Wambeler Hellweg 1
Rawers GmbH & Co, Wambeler Hellweg 122
REWE, Asselner Hellweg 94
REWE Center Homberg, Brackeler Hellweg 123
REWE Center Homberg, Flughafenstr. 147
REWE-Röling GmbH, Wickeder Hellweg 100-104
Sparkasse, Asselner Hellweg 132
Sparkasse, Wickeder Hellweg 94
Sparkasse, Brackeler Hellweg 161
Sparkasse, Wambeler Hellweg 117/119
VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23
Volksbank Brackel, Brackeler Hellweg 114
Volksbank, Wickeder Hellweg 114
Zweigbibliothek, Oberdorfstr. 23

Eving

Brechten, Eving, Lindenhorst

Ansprechpartner:
Frank Meißner
(0231) 85 31 85
fmeissner@vhs-dortmund.de

Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	U-Stadtbahn	Haltestelle
Städt. Begegnungszentrum Eving Deutsche Str. 27 Seiteneingang, neben dem Polizeipräsidium	**B** 410/411	**U** 41	Zeche Minister Stein Gärtnerstr.
FABIDO Familienzentrum Steiermarkstraße 69	**B** 414		Salzburger Straße
Nachbarschaftshaus „Fürst Hardenberg e. V." Herrekestr. 66	**B** 411		Lindenhorst

Englisch

Englisch nach vielen Jahren

Sie haben vor langer Zeit Englisch gelernt und fühlen sich in Alltagssituationen oftmals unsicher? Wir reaktivieren Ihr Können, alltägliche Situationen zu verstehen, sich zu verständigen oder einfache Texte zu schreiben.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 8b
Veranstaltung 151-32615
Anthony Eades
Eving
Städt. Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27
17 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 34 UStd., 102,00 Euro

Englisch mit „News und Views" aus aller Welt

Aktuelle „News and Views" aus aller Welt bringen frischen Wind in diesen Kurs. Informative Materialien regen zum Lesen und Diskutieren an.

Spotlight-Magazin + weitere Texte + Lernspiele
Veranstaltung 151-33856D
Anne Matschuck
Eving
Städt. Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27
18 x Freitag, ab 30.01.15
10.15-11.45 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Spanisch

Auffrischkurs Senioren

Dieser Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie vor längerer Zeit schon einmal Spanisch gelernt haben (ca. 1 Jahr) und ihre Kenntnisse wieder auffrischen wollen. Lehrbuch: Caminos neu, A 2, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr. 978-3-12-514956-4.

Kleingruppe – ab Lektion 9
Veranstaltung 151-38432
Bibiana Wiener
Eving
Städt. Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27
18 x Dienstag, ab 27.01.15
11.15-12.45 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Was heißt hier behindert?

Workshop zu Spiel und Improvisationstheater für geistig behinderte Erwachsene

Diese Wochenendveranstaltung ist eine Einladung an TeilnehmerInnen, die bereits in der Vergangenheit an der Entwicklung bei unseren Improvisationstheaterstücken mitgewirkt haben, aber auch neue Gesichter sind willkommen.
In 4-wöchigen Treffen soll diesmal eine himmlische Reise auf die Beine gestellt werden, bei der verschiedenste Charaktere an die Himmelspforte gelangen.
Das Ergebnis gibt es dann bei dem Auftritt unserer Gruppe am letzten Veranstaltungstermin zu sehen.

Veranstaltung 151-54101
Phillip Taylor/Julia Büssing/Astrid Hansen-Gurung
Eving
Wohnhaus Eving, Innsbruckstr. 36
Sonntag, 18.01.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 15.02.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 15.03.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 12.04.15, 14.00-16.30 Uhr
Sonntag, 10.05.15, 14.00-18.00 Uhr
17 UStd., 20,00 Euro

Kreatives Gestalten

Aquarellmalerei

Sie erhalten viele Tipps zur jeweiligen Malweise (Trockentechnik, Nass-in-Nasstechnik, lasierende Technik). Für geübte Teilnehmer/-innen sind auch freie und experimentelle Arbeiten möglich.

Abendkurse
Veranstaltung 151-72700D
Gertje Danielzik
Eving
Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e. V., Herrekestr. 66
8 x Montag, ab 26.01.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd., 83,20 Euro

Veranstaltung 151-72702D
Gertje Danielzik
Eving
Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e. V., Herrekestr. 66
8 x Montag, ab 20.04.15
18.00-21.15 Uhr, 32 UStd., 83,20 Euro

Gesundheit

Hatha Yoga

Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet. Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84710D
Oxana Perogan
Eving
FABIDO Familienzentrum, Steiermarkstr. 69
9 x Montag, ab 19.01.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84711D
Oxana Perogan
Eving
FABIDO Familienzentrum, Steiermarkstr. 69
9 x Montag, ab 13.04.15
18.15-19.45 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Outdoor-Aktivitäten

Nordic-Walking

Regelmäßiges Ausdauertraining im Freien stärkt das Immunsystem und verringert das Erkältungsrisiko. Durch das Nordic Walking, das Walken mit Unterstützung von Stöcken, wird der gesamte Körper in Schwingung gebracht. Diese körperliche Anstrengung aktiviert das Immunsystem und die Grippeviren werden wirkungsvoller zurück gehalten.

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85500D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs
Dienstag, 03.02.15, 17.00-18.30 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85502D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs-Straße am Grävingholz
Freitag, 06.02.15, 9.30-11.00 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Workshop zum Kennenlernen
Veranstaltung 151-85503D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs-Straße am Grävingholz
Dienstag, 07.04.15, 17.00-18.30 Uhr
2 UStd., 7,30 Euro

Veranstaltung 151-85504D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs-Straße am Grävingholz
7 x Dienstag, ab 10.02.15, 17.00-18.30 Uhr
14 UStd., 51,10 Euro

Veranstaltung 151-85506D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs-Straße am Grävingholz
7 x Dienstag, ab 21.04.15, 17.00-18.30 Uhr
14 UStd., 51,10 Euro

Veranstaltung 151-85508D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs-Straße am Grävingholz
7 x Freitag, ab 13.02.15, 9.30-11.00 Uhr
14 UStd., 51,10 Euro

Veranstaltung 151-85510D
Christine von Unruh
Eving
Treffpunkt: Dortmund–Brechten, Wittichstraße/Ecke Nelly–Sachs-Straße am Grävingholz
7 x Freitag, ab 24.04.15, 9.30-11.00 Uhr
14 UStd., 51,10 Euro

Veranstaltungsorte, die ebenerdig oder unter Überwindung maximal einer Stufe zugänglich sind und über eine Behindertentoilette verfügen:

Städt. Begegnungszentrum Eving
Deutsche Straße 27

Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e. V. Herrekestr. 66

Stadtbezirk Eving

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Apotheke Adler, Deutsche Straße 4
Apotheke Delta, Evingerstr.200
Apotheke Dr. Sauer, Bayrische Str. 69
Apotheke Externberg, Evingerstr. 273
Apotheke im Hammerkopfturm
Apotheke Kranich, Brambauerstr. 39
Apotheke Minister Stein, Bayrische Str. 154
Augenoptiker Halle, Evingerstr. 204
Autohaus Trosse, Evingerstr. 210
Autohaus Hülpert & Müller, Lindenhorster Str. 44
Bavaria Petrol, Evingerstr. 156
Bezirksverwaltungsstelle, Evinger Platz 2-4
Brillen-Heinz, Evingerstr. 202
Bürgerklinik Eving – Hammerkopfturm
Deutsche Bank 24, Evingerstr. 188
Edeka, Bayrische Str. 74
Evangelische Kirchengemeinde, Gretelweg 3
Extra, Deutsche Str. 4
FABIDO Familienzentrum, Steiermarkstr. 69
FABIDO Familienzentrum, Probstheidastr. 2
Mc Donald, Evinger Str. 154
Lebensmittel Zafer, Bergstr. 3
Metzgerei Pötter, Bayrische Str. 85
Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e.V., Herrekestr. 66
Real, Deutsche Straße 4
Rewe-Center, Evingerstr. 538
Rewe Fahle, Bayrische Str. 155
Sparkasse, Evingerstr.194
Sparkasse, Bayrische Str. 156
Sparkasse, Brambauerstr. 7
Städt. Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27
Volksbank, Evinger Platz 2-4
Volksbank, Brambauerstr. 5
Zweigbibliothek, Evinger Platz 2-4

Hörde

Hörde, Wellinghofen, Hacheney, Syburg

Foto: Thorsten Bachner

Ansprechpartner:
Kai Schäder
0176 879 595 72
kschaeder@vhs-dortmund.de

Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	U-Stadtbahn	Haltestelle
AWO-Begegnungsstätte Gildenstr. 5	**B** 440/441 **B** 442		Hochofenstr.
Bewegungsbad des Hüttenhospitals Am Marksbach 28	**B** 432/433 **B** 434/4435		Am Marksbach
transfer. bücher und medien. An der Schlanken Mathilde 3		**U** 41	Hörde Bf
Großer Nachbarschaftstreff Clarenberg 11		**U** 41	Clarenberg
Ev. Gemeindehaus Wellinghofer Str. 21		**U** 41	Clarenberg
Amtshaus Wellinghofen Wellinghofer Amtsstr. 23	**B** 438/441 **B** 442/443 **B** 447		Wellinghofen
AWO-Begegnungszentrum Wellinghofer Amtsstr. 23	**B** 438/441 **B** 442/443 **B** 447		Wellinghofen
Ev. Kindergarten Wellinghofer Amtsstr. 72a	**B** 438 **B** 447		Blenkerweg
Gisbert-von-Romberg-Berufskolleg Gymnastikhalle, Hacheneyer Str. 185	**B** 438/443 **B** 447	**U** 49	Hacheney

Deutsch als Fremdsprache

Sprachliche Probleme beim Führerschein-Erwerb
Deutsch-Kurs für Migranten

Die Teilnehmer sollen in die Lage versetzt werden, mit fachgebundenden Termini besser umzugehen und daher ein besseres Verständnis mit dem Umgang der Lehrmaterialien für den Führerschein-Erwerb zu entwickeln.

Veranstaltung 151-30090
Kai Schäder
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
4 x Dienstag, ab 03.03.15
16.30-18.00 Uhr, 8 UStd., 36,00 Euro

Englisch

Step by Step
Englisch im Alltag und auf Reisen

Dieses Seminar bietet Ihnen Gelegenheit, miteinander Englisch zu sprechen und zu hören, die Grammatik zu festigen und Ihren Wortschatz aufzubauen. Ob es um Reisebroschüren, Wochenendausflüge, Fragen und Beschwerden zu Ferienunterkünften oder um Shopping geht: Schritt für Schritt kommen Sie zum Lernerfolg.

Lehrbuch: Fairway A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32545D
Hörde
Großer Nachbarschaftstreff, Clarenberg 11
18 x Freitag, ab 30.01.15
17.00-18.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Französisch

Discussions diverses et variées

Venez goûter ce qu'on va vous servir: textes actuels et élargissements du vocabulaire, révisions de grammaire et lecture. Vous êtes les bienvenus à notre rendez-vous du mardi matin!

Veranstaltung 151-36820
Dominique Chagnon
Hörde
Amtshaus Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
17 x Dienstag, ab 27.01.15
10.15-11.45 Uhr, 34 UStd., 102,00 Euro

Cours de conversation littéraire

Lecture d'une oeuvre littéraire et discussions d'actualités.

Veranstaltung 151-36822
Dominique Chagnon
Hörde
Amtshaus Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
17 x Dienstag, ab 27.01.15
8.45-10.15 Uhr, 34 UStd., 102,00 Euro

Politik

Politik in der Zeitung

Anhand ausgewählter Artikel aus der überregionalen Tages- und Wochenpresse soll das aktuelle politische Geschehen in der Konkurrenz der Meinungen beleuchtet werden, um sich dadurch ein fundiertes und differenziertes Meinungsbild zu politischen Themen zu erarbeiten – jenseits vorschneller Urteile „aus dem Bauch".

Veranstaltung 151-51114
Eckhard Matthies
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
9.30-11.45 Uhr, 30 UStd., 19,00 Euro

Veranstaltung 151-51116
Eckhard Matthies
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
7 x Donnerstag, ab 07.05.15
9.30-11.45 Uhr, 21 UStd., 15,00 Euro

Bergwerk Graf Wittekind
Eine Zeitreise in den vorindustriellen Bergbau auf Steinkohle

Es besteht die Möglichkeit zu fotografieren. Für Eintritt und Führung fallen 10,00 Euro an, die vor Ort bezahlt werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-52302
Heinz-Ludwig Bücking
Hörde
Treffpunkt: Parkplatz gegenüber der Gaststätte „Roadstop" in Dortmund Syburg.
Samstag, 14.03.15, 14.00-16.15 Uhr
3 UStd., entgeltfrei

Was heißt hier behindert?

Das Gedächtnis spielend trainieren

Angesprochen sind Seniorinnen und Senioren, die ihr Gedächtnis trainieren und ihre geistig-seelische Befindlichkeit verbessern wollen. Gefördert werden Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung und Formulieren nach der Methode der Ärztin Dr. F. Stengel.

Veranstaltung 151-54205
Marianne Neuhaus
Hörde
Amtshaus Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
10 x Dienstag, ab 13.01.15
14.00-15.30 Uhr, 20 UStd., 25,00 Euro

Veranstaltung 151-54207
Marianne Neuhaus
Hörde
Amtshaus Wellinghofen, Wellinghofer Amtsstr. 23
10 x Dienstag, ab 14.04.15
14.00-15.30 Uhr, 20 UStd., 25,00 Euro

Veranstaltung 151-54209
Marianne Neuhaus
Hörde
Ev. Kirchengemeinde Hörde
Wellinghofer Str. 21
10 x Donnerstag, ab 15.01.15
13.00-14.30 Uhr, 20 UStd., 25,00 Euro

Veranstaltung 151-54211
Marianne Neuhaus
Hörde
Ev. Kirchengemeinde Hörde
Wellinghofer Str. 21
10 x Donnerstag, ab 09.04.15
13.00-14.30 Uhr, 20 UStd., 25,00 Euro

Ökologie

Aquaristik in Theorie und Praxis – Vortragsreihe Kompakt

Vorherige Anmeldung erforderlich
Hinweis: Die Vortragsreihe von Herrn Peter Schwindt umfasst 4 Einzelvorträge. Sie können die Vortragsreihe im Ganzen ermäßigt für 24,00 Euro unter der **Veranst.-Nr. 151-55300** buchen oder den jeweiligen Einzelvortrag unter der entsprechend angegebenen Veranstaltungsnummer.

Veranstaltung 151-55300
Peter Schwindt
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
4 x Mittwoch, ab 25.02.15
18.00-20.15 Uhr, 12 UStd., 24,00 Euro

Grundkurs Süßwasseraquaristik
Vortrag
Veranstaltung 151-55302
Peter Schwindt
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
Mittwoch, 25.02.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Schön gestaltete Süßwasseraquarien
Vortrag
Veranstaltung 151-55304
Peter Schwindt
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
Mittwoch, 04.03.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Algen im Aquarium?
Vortrag
Veranstaltung 151-55306
Peter Schwindt
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
Mittwoch, 11.03.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Grundkurs Meerwasseraquaristik
Vortrag
Veranstaltung 151-55308
Peter Schwindt
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
Mittwoch, 18.03.15, 18.00-20.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Die Welt der Bücher

Rund um den Buchbetrieb

Wir wollen uns diesmal beschäftigen mit dem Werk von Michael Ondaatje, dem vielseitigen und preisgekrönten kanadischen Schriftsteller, dessen Bücher immer auch seine niederländisch-tamilisch-singalesische Herkunft berühren. Im Mittelpunkt wird der jüngste seiner Romane „Katzentisch" stehen, der von einer unglaublichen Reise berichtet.

Veranstaltung 151-62110D
Marie Deegener
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
5 x Montag, ab 02.02.15
16.00-17.30 Uhr, 10 UStd., 40,00 Euro

Theater muss immer sein – mehr denn je!

Wir diskutieren mit seinen Vertretern, erstellen selbst den idealen Spielplan und gewinnen Einblicke in die Welt hinter den Kulissen. Probenbesuche, Diskussionen, Theaterbesuche zu günstigen Konditionen und Führungen runden das Programm ab. Vorbildung ist nicht erforderlich, aber Freude am Lesen, Zuhören und Mitdiskutieren.

Veranstaltung 151-62114
Dr. Monika Pirklbauer
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
10 x Freitag, ab 23.01.15, 18.00-19.30 Uhr
20 UStd., 60,00 Euro

Fifty Shades of Grey – ein erotisches Buch wird zum Bestseller

In der Kunst waren Sex und Erotik schon immer präsent, sozusagen ein Dauerbrenner, und da stellen sich sofort eine Menge Fragen: gibt es eine weibliche oder männliche Sexualität? Wie kommt sie vor und was sagt das aus über die Gesellschaft, in der sie stattfindet? Umso aufschlussreicher ist es, ein wenig an der Oberfläche der Darstellungen zu kratzen und allgemeine Sehgewohnheiten und die Ästhetik der Körper zu hinterfragen. Beispiele aus allen literarischen Gattungen, Film, TV, Internet und Bildende Kunst runden die Veranstaltung ab.

Veranstaltung 151-62160D
Dr. Monika Pirklbauer
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
5 x Freitag, ab 24.04.15
18.00-19.30 Uhr, 10 UStd., 40,00 Euro

Geschichte(n) schreiben

In diesem Kurs gehen wir mit Stift und Zettel unseren eigenen Geschichten nach, die gerne auch etwas mit der Geschichte, unserer jetzigen Geschichte, unserer Zeit zu tun haben können. In offenem Austausch über Worte und Texte und mit gezielten Übungen findet so jeder Teilnehmer sein ganz eigenes Stück geschriebener Geschichte(n).

Veranstaltung 151-62306D
Amelie Hauptstock
Hörde
transfer. bücher und medien.
An der Schlanken Mathilde 3
6 x Freitag, ab 24.04.15, 10.00-12.30 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Kulturwirtschaft

Blick in die Kreativwerkstadt – Peter Dahmen

Einblicke in das Atelier von Peter Dahmen Peter Dahmen Grafikdesign, Papierkünstler, Spezialist für Pop-Up-Karten, Jahrgang 1967, studierte Kommunikationsdesign an der Fachhochschule Dortmund. Seit einigen Jahren zählt er zu den bekanntesten Pop-Up-Entwicklern weltweit.
www.peterdahmen.de

Veranstaltung 151-70006
Tanja Moszyk/Peter Dahmen
Hörde
Treffpunkt: Niederhofener Straße 4
Mittwoch, 15.04.15,18.00-21.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro, Anmeldung erforderlich

Gesundheit

Entspannung im Alltag

Dieser Kurs bietet das Erlernen der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson sowie die stufenweise Vermittlung des Autogenen Trainings nach Schultz an. Die abwechselungsreiche Einübung der beiden Entspannungsverfahren wird durch praktische Informationen ergänzt, kleinere Bewegungsübungen werden in den Unterricht integriert.
Bitte mitbringen: Dicke Socken, leichte Decke, kleines Kissen

Veranstaltung 151-83217D
Ute Fricke
Hörde
Praxis für Krankengymnstik Susanne Kutz
Wellinghofer Amtsstr. 51
8 x Donnerstag, ab 05.02.15
19.30-21.00 Uhr, 16 UStd., 82,00 Euro

Hatha Yoga

Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet. Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84708D
Zhivka Zhivkova
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen
Wellinghofer Amtsstr. 23
9 x Freitag, ab 30.01.15, 16.00-17.30 Uhr
18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84709D
Zhivka Zhivkova
Hörde
AWO Begegnungszentrum Wellinghofen
Wellinghofer Amtsstr. 23
9 x Freitag, ab 17.04.15, 16.00-17.30 Uhr
18 UStd., 72,90 Euro

SwingWalk

SwingWalk ist nachhaltiges Ausdauertraining mit mehr Spaß, mehr Rhythmuserlebnis und weniger Anstrengungsempfinden als Walken oder leichtes Joggen. Der Ganzkörpereinsatz belastet Muskelgruppen und Kreislauf gleichmäßig und ist damit für (Wieder-) Einsteiger/innen ideal. Die Teilnehmer/innen fühlen sich nach jedem Kurstreff munterer, entspannter und ausgeglichener, nach ca. 4-6 Monaten auch körperlich und mental belastbarer. Bitte tragen Sie immer der Witterung angepasste bewegungstaugliche Kleidung und adäquates Schuhwerk für sportliche Betätigungen. Das Schwungset wird gebührenfrei ausgeliehen. Informationen zum Kurs erteilt F. Herold unter Tel. 02304-237851.

Veranstaltung 151-85520D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Mittwoch, ab 04.02.15, 19.30-20.30 Uhr
5 UStd., 18,25 Euro

Veranstaltung 151-85522D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Mittwoch, ab 25.03.15, 19.30-20.30 Uhr
5 UStd., 18,25 Euro

Veranstaltung 151-85524D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Montag, ab 13.04.15, 19.30-20.30 Uhr
5 UStd., 18,25 Euro

Veranstaltung 151-85526D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Mittwoch, ab 13.05.15, 19.30-20.30 Uhr
5 UStd., 18,25 Euro

Veranstaltung 151-85528D
Friedhelm Herold
Hörde
Treffpunkt: Segelboot–Anlegestelle Südufer Phoenixseestraße
4 x Montag, ab 01.06.15, 19.30-20.30 Uhr
5 UStd., 18,25 Euro

Joyrobic

Joyrobic bringt den Kreislauf in Schwung – die Teilnehmer können sich mit Freude bewegen, den Alltagsstress vergessen und gleichzeitig die Kondition verbessern. Die Belastungsfähigkeit wird durch dosiertes Training von Kondition, Koordination, Beweglichkeit und Kraft – zum Teil mit Theraband – gesteigert. Eine Entspannungsphase lässt die Stunde ruhig ausklingen. Bitte feste Turnschuhe, Bodenmatte und Theraband und Mineralwasser mitbringen.

Veranstaltung 151-86437D
Marion Schütte
Hörde
Gisbert–von–Romberg–Berufskolleg
Hacheneyer Str. 185
8 x Mittwoch, ab 14.01.15, 18.00-19.30 Uhr
16 UStd., 58,40 Euro

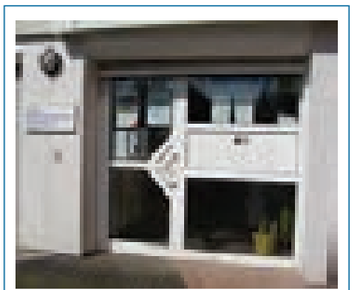
Veranstaltung 151-86438D
Marion Schütte
Hörde
Gisbert–von–Romberg–Berufskolleg
Hacheneyer Str. 185
10 x Mittwoch, ab 11.03.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 73,00 Euro

Veranstaltungsorte, die ebenerdig oder unter Überwindung maximal einer Stufe zugänglich sind und über eine Behindertentoilette verfügen:

Bewegungsbad des Hüttenhospitals
Am Marksbach 28

Evangelisches Gemeindehaus
Wellinghofer Straße 21

Großer Nachbarschaftstreff
Clarenberg 11



Stadtbezirk Hörde

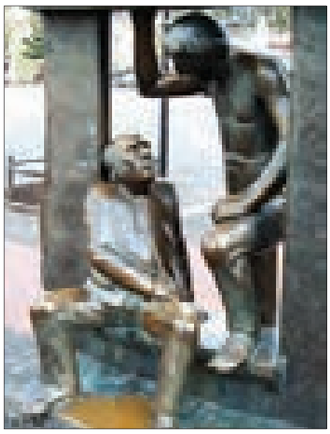
Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Apotheke Godekin, Godekinstr. 148
Apotheke Heide, Heideweg 41
Apotheke Hubertus, Hörder Kampweg 2
Bäckerei Mohr, Preinstr. 127
Bezirksverwaltungsstelle, Hörder Bahnhofstraße 16
Bücherei, Wellinghofer Amtsstr. 23
Café Aufbruch, Hintere Schildstraße 18
Ev. Kirchengemeinde, Wellinghofer Str. 21
Ev. Krankenhaus Bethanien, Virchowstraße 4
Familienberatungsstelle, Alfred-Trappen-Str. 39
Gemeindehaus Syburg, Westhofener Str. 4
Geschichtswerkstatt Dortmund e.V., Wellinghofer Str. 44
Rewe-Center Homberg & Budnik, Overgünne 141
Lokalredaktion Ruhr-Nachrichten, Hörder Bahnhofstraße 3
Lotto-Toto-Post-Agentur Döblitz, Kreisstraße 63
Nachbarschaftsbüro Ruhr-Lippe, Clarenberg 7
Schreiben & Schenken, Wittbräuckerstr. 395
Sparkasse, Hermannstr. 4-6
Sparkasse, Wellinghofer Str. 54
Sparkasse, Vorhölterstr. 17-19
Sparkasse, Wittbräuckerstr. 401
Sparkasse, Benninghoferstr. 165-167
Sparkasse, Preinstr. 92
Stadtteilbüro Hörde, Niederhofener Str. 52
St. Josefs-Hospital, Wilhelm-Schmidt-Str. 4
Türkisch-Islamischer Kulturverein e.V., Hermannstr. 132
transfer.bücher und medien., An der Schlanken Mathilde 3
Volksbank, Alte Benninghofer Str. 32
Volksbank, Am Stift 4-6
Werk- und Begegnungszentrum, Eckardt-Straße 4 a
Zweigbibliothek, Hermannstr. 33

Hombruch

Hombruch, Kirchhörde, Lücklemberg, Bittermark, Brünninghausen, Barop, Eichlinghofen, Renninghausen

Ansprechpartner:
Michael C. Meurer
(0231) 73 73 17
mmeurer@vhs-dortmund.de



Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	U-Stadtbahn	Haltestelle
AWO-Bittermark Sichelstr. 22	**B** 450		Hellerstr.
AWO-Hombruch Tetschener Str. 2-4		**U** 42	Harkortstr.
Marien-Hospital Gablonzstr. 9		**U** 42	Harkortstr.
Stadtteilbibliothek Harkortstr. 58		**U** 42	Harkortstr.
Harkort-Grundschule Behringstr. 59	**B** 447/448/449		Gablonzstr.
Kath. Kirchengemeinde Barop Am Beilstück 71	**B** 447	**U** 42	Vereinsstr. Am Beilstück
Grundschule Eichlinghofen Stortsweg 52 - 54	**B** 449		Stortsweg
Wohnstift Augustinum Kirchhörder Str. 101	**B** 447		Olpkebach
Rombergpark Torhaus	**B** 440	**U** 49	Rombergpark
Schultenhof Stockumer Str. 109	**B** 440/446	**U** 42	Leitmeritzstraße
Zoo Dortmund Mergelteichstr. 80	**B** 438/443/447	**U** 49	Hacheney

Englisch

A Day at the Zoo
Englisch-reicher Ausflug für Groß und Klein

Bei diesem Ausflug in den Dortmunder Zoo lernen Kinder (6-12 Jahre) und ihre erwachsene/n Begleitperson/en ein Basisvokabular rund um das Thema „Zoo". Wie kaufe ich auf Englisch eine Eintrittskarte? Wie heißen die Tiere? Was kostet das Tierfutter? ... und ... und ... und. Als Einstieg in die Erlebniswelt „Zoo" unternehmen wir englische Kennenlernspiele. Die Kosten für den Zooeintritt sind im Entgelt enthalten. Der Workshop wird in Kooperation mit dem Dortmunder Zoo durchgeführt. Bei Buchung bitte Kinder-/ Schüler-Ausweis vorlegen. (Mindestteilnehmerzahl: 3 Erw. / 7 Kinder)

Exkursion
Veranstaltung 151-32420
Bettina Kliebisch
Hombruch
Treffpunkt: Zoo Dortmund, Haupteingang, Mergelteichstraße 80
Samstag, 09.05.15, 11.00-15.00 Uhr
5 UStd.
15,00 Euro (pro Erw., nicht ermäßigbar), 12,50 Euro (pro Kind, nicht ermäßigbar)

Easy Every Day Conversations (A2.3)
In a Relaxed and Lively Atmosphere

Do you understand quite a lot of English, but need more confidence in speaking? Are you learning English for work, travel or just for fun? These groups are for people of all ages and from all walks of life. Through a mixture of topics and activities, no stress and lots of fun, you'll soon be talking English!

Material will be announced.
Veranstaltung 151-32804D
Christine Fürschke
Hombruch
AWO Begegnungszentrum Hombruch
Tetschener Str. 2–4
17 x Montag, ab 26.01.15
9.30-11.00 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Material will be announced.
Veranstaltung 151-32806D
Christine Fürschke
Hombruch
AWO Begegnungszentrum Hombruch Tetschener Str. 2–4
17 x Montag, ab 26.01.15
11.15-12.45 Uhr, 34 UStd., 136,00 Euro

Reading and lively Discussions (C1)

These courses are designed to improve your reading and speaking skills in English. We enjoy discussing all kinds of interesting topics. Short stories and articles from newspapers and magazines provide a basis for lively discussion and language practice. Join us and bring your English up to date!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34303
Helen Hoffmann
Hombruch
AWO Begegnungszentrum Hombruch
Tetschener Str. 2–4
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
10.15-11.45 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Ökologie

Erneuerbare Energien selber nutzen

Die angeblich unbezahlbare Energiewende leistet bei vielen Nutzern ökonomisch und ökologisch gute Arbeit. Wir besuchen mehrere Einfamilienhäuser, in denen Sonnenwärme und Sonnenstrom sowie Pelletheizungen genutzt werden. Neu ist die Erzeugung von Solarstrom aus Monomodulen, die auch von Mietern auf Balkon, Garage oder im Garten aufgestellt werden können. Technik, Wirtschaftlichkeit und ökologische Vorteile werden erläutert.

Exkursion
Veranstaltung 151-55026
Ansgar Bek
Hombruch
Treffpunkt: Zaunkönigweg 7
Samstag, 09.05.15, 15.00-17.15 Uhr
3 UStd., 7,00 Euro

Der Naturforscherpass – ein Angebot für Familien

Vorherige Anmeldung erforderlich.
Es kann sich jeweils ein Erwachsener mit max. zwei Kindern anmelden.
Erwachsene: 5,00 Euro
ermäßigte Gebühr für Kinder: 3,00 Euro
Treffpunkt: Hombruch
Schultenhof, Stockumer Straße 109

Naturforscherpass „Pflanzen"
Malen mit Planzenfarben

Farben aus Pflanzenfarben selber herstellen ist eine uralte Technik und macht heute noch viel Spaß! Beeren, Blätter, Früchte, Rinde, und alle Obst- und Gemüsesorten eignen sich ebenso wie Wildkräuter. Sie werden gesammelt, gemörsert, gekocht und durchgesiebt. Wir experimentieren und lassen uns von den Ergebnissen überraschen.

Exkursion
Veranstaltung 151-55200
Andrea Hirsch
Hombruch
Samstag, 23.05.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd.

Die geheimen Waldkünstler

Mit allen Schätzen, die wir im Wald finden, bauen wir unsere Kunstwerke – aber nicht irgendwo, sondern so, dass Viele sie sehen werden. Die Austellung ist solange geöffnet, bis unser letztes Werk wieder zu dem geworden ist, was es mal war – Natur...

Exkursion
Veranstaltung 151-55202
Holger Schneider
Hombruch
Sonntag, 19.04.15, 11.00-13.00 Uhr
4 UStd.

Naturforscherpass „Tiere"
Der Fuchs unser heimlicher Nachbar

Der schlaue Fuchs hat unglaubliche Tricks auf Lager, um seine Beutetiere zu überlisten. Wir lernen seine Wohngemeinschaft und andere Tiere aus dem Wald kennen. Anschließend schleichen wir nach Fuchsart durch den Wald und sehen die Welt mit den Augen des Fuchses.

Exkursion
Veranstaltung 151-55204
Andrea Hirsch
Hombruch
Samstag, 25.04.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd.

GPS-Tour – Die moderne Schnitzeljagd

Mit zwei GPS-Geräten im Gepäck machen wir uns zu einer Schatzsuche in der Bolmke auf. Doch Achtung!!! Unerwartete Hindernisse stellen sich uns in den Weg und viele Fragen rund um die Tierwelt müssen beantwortet werden.

Exkursion
Veranstaltung 151-55206
Holger Schneider
Hombruch
Sonntag, 22.03.15, 11.00-13.00 Uhr
4 UStd.

Naturforscherpass „Natur erleben"
Werken im Wald

Bei einem Rundgang durch den Wald suchen wir Material zum Schnitzen und Basteln wie z.B. Stöcke und Wurzeln. In gemütlicher Runde wollen wir dann verschiedene Dinge daraus herstellen: einen Waldtraumfänger bauen, der gute Träume anlockt und böse abwehrt; ein Mobile aus Schätzen des Waldes, ein zünftiger Wanderstock ist ein schmucker Begleiter auf Wanderungen. Wichtel, Trolle oder andere Wesen werden beim Schnitzen plötzlich sichtbar und aus geschmirgelten und geölten Holzscheiben werden zauberhafte Schmuckstücke. Bitte mitbringen: Schnitzmesser oder Taschenmesser, evtl., wenn vorhanden: kleine Säge, Akkuschrauber, Messerschärfer, Feilen

Exkursion
Veranstaltung 151-55208
Andrea Hirsch
Hombruch
Samstag, 30.05.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd.

Wir mixen einen Zaubertrank auf dem Feuer

Wolltet Ihr schon immer mal wissen, was Zauberer so alles in ihren Zaubertrank mixen? Gemeinsam suchen wir im Wald verschiedene Wildkräuter, lernen ihren Ursprung und ihre Bedeutung kennen und bereiten auf dem offenen Feuer eine schmackhafte Suppe zu. Natürlich genießen wir anschließend unser Zauberwerk!

Exkursion
Sommer-VHS
Veranstaltung 151-55210
Andrea Hirsch
Hombruch
Samstag, 04.07.15, 14.00-17.00 Uhr
4 UStd.

Vogelstimmenexkursion im Rombergpark

Der Frühling ist da. Aus dem Blätterwerk der Sträucher und Bäume erklingen die unterschiedlichsten Vogelgesänge. Hinter jedem Ruf und Gesang verbirgt sich eine eigene Art. Die ornithologische Exkursion soll dazu beitragen, das Stimmengewirr zu entschlüsseln.

Exkursion
Veranstaltung 151-55222
Klaus-Dieter Horn
Hombruch
Treffpunkt: Haupteingang Rombergpark Torhaus, Am Rombergpark
Freitag, 01.05.15, 8.00-11.00 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Kochkurs mit Wildkräutern auf dem Feuer

Bei einem Rundgang mit der Waldpädagogin Andrea Hirsch sammeln die Teilnehmenden Wildkräuter und kochen daraus ein mehrgängiges Menü auf dem Feuer wie z. B. Brennnesselchips oder Kräutercrepes. Bitte Besteck und Geschirr, kleine Gläser oder Schüsseln für Reste mitbringen. Wetterfeste Kleidung wird empfohlen.

Exkursion
Sommer-VHS
Veranstaltung 151-55232
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof, Stockumer Str. 109
Donnerstag, 06.08.15, 15.00-18.00 Uhr
4 UStd., 15,00 Euro
Incl. 5,00 Euro Lebensmittelumlage

Kräuterwanderung

Auf einer Wanderung mit der Waldpädagogin Andrea Hirsch lernen die Teilnehmenden viele Bäume, Sträucher und Kräuter kennen, die besondere Heilwirkungen haben. Kräuter, Wurzeln und Beeren werden gesammelt, gewaschen und sortiert. Danach kann sich jeder Einzelne für seine Gesundheit einen speziellen Kräuterlikör zusammenstellen und mit nach Hause nehmen. Bitte kleine verschließbare Flaschen mitbringen.

Exkursion
Sommer-VHS
Veranstaltung 151-55234
Andrea Hirsch
Hombruch
Treffpunkt: Schultenhof, Stockumer Str. 109
Montag, 03.08.15, 15.00-17.15 Uhr
3 UStd., 15,00 Euro
Incl. 8,00 Euro Lebensmittelumlage

Ostfriesland und die Inseln

Vieles gibt es zu bestaunen zwischen Emden und Aurich, zwischen Norden und Jever. Ganz besondere Anziehungspunkte aber sind die Ostfriesischen Inseln. Ihre Entstehung verdanken sie den Meeresströmungen, die den Sand unter Wasser transportieren und dem fast allgegenwärtigen Wind, der ihn zu Dünen aufweht. Dieser Prozess wirkt heute noch wie vor Jahrhunderten, und er führte immer wieder dazu, dass die Inselbewohner Haus und Hof verloren. Wir besuchen die 7 Inseln und entdecken viele Eigenarten und Unterschiede.

Veranstaltung 151-55406
Dieter Ackermann
Hombruch
Wohnstift Augustinum, Kirchhörder Str. 101
Donnerstag, 05.03.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Kreatives Gestalten

Tierische Skizzen – Sommer-Akademie

Zeichenstudien im Dortmunder Zoo
Die zeichnerische Erfassung der tierischen Anatomie ist eine anspruchsvolle wie interessante Aufgabe in der Bildenden Kunst. Wir werden nach einer kurzen theoretischen Einführung im Dortmunder Zoo direkt vor dem lebenden Objekt arbeiten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-71520D
Tanja Moszyk
Hombruch
Zoo Dortmund, Mergelteichstraße 80
Samstag, 04.07.15, 10.30-16.15 Uhr
7 UStd., 38,40 Euro

Gesundheit

Qi Gong

Die Ausführung der Qi Gong-Übungen in Gelassenheit und Achtsamkeit auf die Bewegung steigert die Wahrnehmungsfähigkeit, stärkt Rücken und Halswirbelsäule, ermöglicht innere Entspannung und hat insgesamt gesundheitsfördernde Wirkung.

Veranstaltung 151-84230D
Alfred Ludwig
Hombruch
Marien–Hospital, Gablonzstr. 9
9 x Dienstag, ab 20.01.15, 19.45-20.45 Uhr
12 UStd., 48,60 Euro

Veranstaltung 151-84232D
Alfred Ludwig
Hombruch
Marien–Hospital, Gablonzstr. 9
9 x Dienstag, ab 14.04.15, 19.45-20.45 Uhr
12 UStd., 48,60 Euro

Hatha Yoga

Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet. Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84716D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.15-19.45 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84717D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
11 x Mittwoch, ab 15.04.15
18.15-19.45 Uhr, 22 UStd., 89,10 Euro

Veranstaltung 151-84718D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
8 x Mittwoch, ab 28.01.15
19.50-21.20 Uhr, 16 UStd., 64,80 Euro

Veranstaltung 151-84719D
Marie Hänel
Hombruch
Stadt– und Landesbibliothek Hombruch, Harkortstraße 58/Eingang Domänenstraße
11 x Mittwoch, ab 15.04.15
19.50-21.20 Uhr, 22 UStd., 89,10 Euro

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

Das Übungsprogramm, das sich an wissenschaftlich überprüften Wirksamkeitskriterien orientiert, dient der Vorbeugung bei Verspannungen und Schmerzen im Rücken-, Kreuz- und Ischias- sowie Schulter-Nackenbereich durch Kräftigungsgymnastik zur Stärkung von Bauch-, Schulter-Nacken- und Rückenmuskulatur, durch Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen.

Veranstaltung 151-85200D
Karin Meier
Hombruch
Harkort–Grundschule, Behringstr. 59
10 x Montag, ab 12.01.15
20.45-21.45 Uhr, 13 UStd., 47,45 Euro

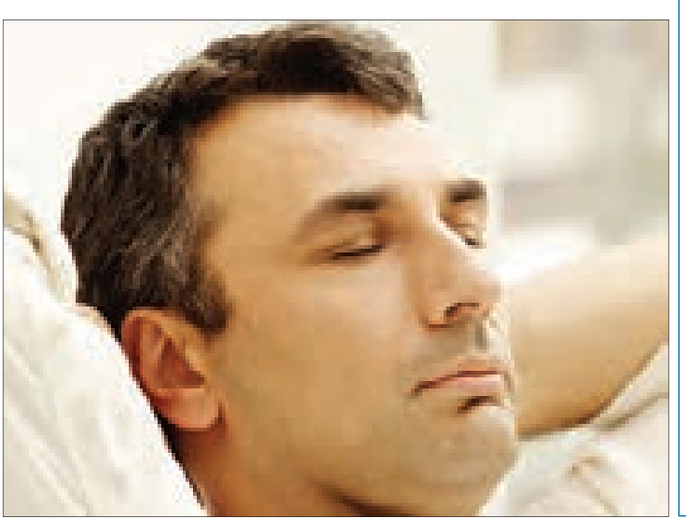
Veranstaltung 151-85201D
Karin Meier
Hombruch
Harkort–Grundschule, Behringstr. 59
8 x Montag, ab 13.04.15
20.45-21.45 Uhr, 11 UStd., 40,15 Euro

Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik

Wollen Sie mit Spaß und Freude an Bewegung und in netter Runde Ihren Rücken stärken und etwas Positives für Ihren Körper tun?! Mit Hilfe funktioneller Gymnastik, Wahrnehmungsübungen und Dehnungs- und Entspannungselementen wird ihre Muskulatur gestärkt und gekräftigt.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken und Isomatte.

Veranstaltung 151-85210D
Martina Ahrend
Hombruch
Ev. Kirchengemeinde Barop
Stockumer Str. 275
9 x Dienstag, ab 27.01.15
19.45-20.45 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-85211D
Martina Ahrend
Hombruch
Ev. Kirchengemeinde Barop
Stockumer Str. 275
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.45-20.45 Uhr, 12 UStd., 43,80 Euro



Gymnasik und Fitness

BOP (Bauch-Oberschenkel-Po)

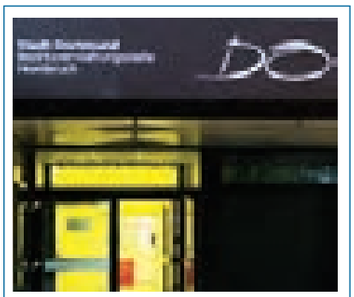
BOP ist ein Weg zu einem „spannenden" Körper. Gezielte, aufeinander aufbauende Kräftigungsübungen zu flotter Musik bringen den Erfolg. Nach einem Aufwärmteil werden in speziellen Übungen die Problemzonen Bauch, Oberschenkel und Po trainiert.

Veranstaltung 151-86410D
Nadide Kottlange
Hombruch
Eichlinghofer–Grundschule, Turnhalle
Stortsweg 52–54
9 x Dienstag, ab 27.01.15, 18.30-19.30 Uhr
12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltung 151-86411D
Nadide Kottlange
Hombruch
Eichlinghofer–Grundschule, Turnhalle
Stortsweg 52–54
9 x Dienstag, ab 14.04.15, 18.30-19.30 Uhr
12 UStd., 43,80 Euro

Veranstaltungsorte, die ebenerdig oder unter Überwindung maximal einer Stufe zugänglich sind und über eine Behindertentoilette verfügen:

AWO Begegnungszentrum Hombruch
Tetschener Str. 2-4
Wohnstift Augustinum
Kirchhörder Str. 101



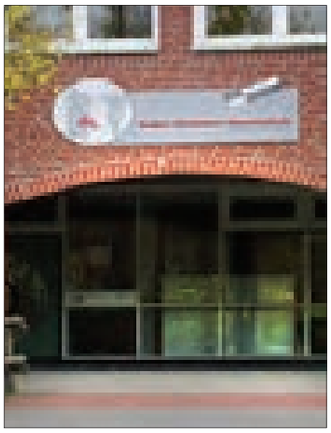
Stadtbezirk Hombruch

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Apotheke Amtshaus, Harkortstraße 18
Apotheke Fleming, Harkortstraße 38
Apotheke Kreuz, Stockumerstr. 189
Apotheke Patroklus, Hagener Str. 303
AWO-Hombruch, Tetschener Str. 2-4
AWO-Barop, Stockumer Str. 241
AWO-Bittermark, Sichelstr. 20
AWO-Lücklemberg, Olpketalstr. 83a
Bezirksverwaltungsstelle, Harkortstr. 58
Cafe Augustinum, Kirchhörder Str. 101
Cafe Feldkamp, Kirchhörder Str. 69
Cafe Bäckerei Cityback, Hagener Str. 229a
Cafe Mack, Luisenglück 46
Feinkost Meerblick, Kirchhörder Berg 17
Friseur Petrusch, Hagenerstr. 247
Friseursalon Iris Krause, Kirchhörder Berg 7
Fruchtbare Erde, Stockumer Str. 412
Hombrucher Buchhandlung, Harkortstr. 71
Lotto Runge, Eichhoffstr. 8
Lotto Toto, Baroperstr. 337a
Lotto Toto Dönnewald, Menglinghauser Str. 321
Naturkostladen „Treffpunkt", Mergelteichstr. 47
Marien-Hospital, Gablonzstr. 9
Polizeistation, Löttringhauser Straße 13
Presseshop Schnorr, Hagener Str. 241
Pro Büro & Kopier GmbH, Vogelpothsweg 74
Sparkasse, Harkortstr. 58
Sparkasse, Stockumer Str. 220
Sparkasse, Stockumer Str. 425 – 427
Sparkasse, Hagener Str. 311
Unibuch-Dortmund, Vogelpothsweg 85
Volksbank, Harkortstraße 40
Volksbank, Hagener Str. 245
Wohnstift Augustinum, Kirchhörder Str. 101
Zweigbibliothek, Harkortstr. 58

Huckarde

Huckarde, Deusen, Kirchlinde



Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	S-S-Bahn	Haltestelle
Begegnungszentrum Deusen Deusener Str. 215	**B** 475		Deuser Wiesen
Gustav-Heinemann-Gesamtschule* Parsevalstr. 170		**S** 2	Huckarde
Familienzentrum Elfenwald FABIDO Osulfweg 44a	**B** 480		Hangeney

***Wegbeschreibung zur Gustav-Heinemann-Gesamtschule, Parsevalstr. 170**: An der Parsevalstr., etwa auf Höhe der Einmündung Wispelbreite, befindet sich auf der gegenüberliegenden Straßenseite das Gebäude mit der Haus-Nr. 170. Sie folgen dem weißen Hinweisschild (an der Hauswand) zur „**Stadtteilbibliothek**“ bis auf den inneren Schulhof. Der Eingang zur Gesamtschule – rechts neben der Stadtteilbibliothek – ist für Sie geöffnet.

Ansprechpartner:
Klaus Schreiber
(0231) 67 57 27
kschreiber@vhs-dortmund.de

Englisch

Great! A2
Locker und leichter lernen

Der Titel „Great! A2“ ist Programm: Das Lehrwerk für Erwachsene (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501482-4) ermöglicht großartige Lernfortschritte in der englischen Sprache! Effektives Lernen wird durch Hörspiele, Quizaufgaben und viele fantasievolle Übungen leicht gemacht: Die humorvollen und lebensnahen Inhalte, speziell die innovativen „Survival English-Seiten“, bereiten optimal auf Begegnungen im Alltag vor.

Lehrbuch: Great A2, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-32548D
Barbara Nölling
Huckarde
Begegnungszentrum Deusen
Deusener Str. 215
18 x Montag, ab 26.01.15
19.45-21.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Lehrbuch: Great! A2, ab Lektion 7
Veranstaltung 151-32718D
Barbara Nölling
Huckarde
Begegnungszentrum Deusen
Deusener Str. 215
18 x Montag, ab 26.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

English Grammar, Short and Crime Stories

Enjoy reading English crime and short stories and practise the English grammar. Apart from that we will work with reports on current affairs etc.

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33470
Regina Heinichen
Huckarde
Gustav–Heinemann–Gesamtschule
Parsevalstr. 170
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Material will be provided.
Veranstaltung 151-33472
Regina Heinichen
Huckarde
Gustav–Heinemann–Gesamtschule
Parsevalstr. 170
18 x Mittwoch, ab 28.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Politik

Lebenssituation von Frauen heute

In diesem Gesprächskreis stellen wir uns vielen Fragen in Politik und Gesellschaft, die in der aktuellen Diskussion in den Medien sind und uns vor allem in unserer gesellschaftlichen Situation als Frauen angehen.

vierzehntägig
Veranstaltung 151-51118
Marianne Marohn
Huckarde
Gustav–Heinemann–Gesamtschule
Parsevalstr. 170
8 x Donnerstag, ab 22.01.15
16.00-19.15 Uhr, 32 UStd., 25,00 Euro

Von der Straße auf die Schiene: Die Baustelle der KV-Anlage

Das Container-Terminal im Hafen stößt mittlerweile an seine Kapazitätsgrenze. Daher wird auf dem Gelände des früheren Bahnhofs Nord der Dortmunder Eisenbahn eine KV-Anlage in Hafennähe entstehen (KV steht für kombinierten Verkehr). Neben Containern sollen dort auch Sattelauflieger und Wechselbrücken umgeschlagen werden, um LKW-Verkehre von der Straße auf die Schiene zu verlagern. Über den Bau der KV-Anlage, die an dieser Stelle nicht unumstritten ist, können wir uns bei einer Begehung des Geländes informieren.
Bitte festes, robustes Schuhwerk (da Baustelle) und wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51212
Andreas Peters
Huckarde
Treffpunkt:
Lindberghstr. / Ecke Franz-Schlüter-Straße
Dienstag, 31.03.15, 17.00-19.30 Uhr
3 UStd., 8,00 Euro

Musik

Das Spiel mit der Djembé – Grundkurse

Djembe werden nur mit den bloßen Händen angeschlagen und zeichnen sich durch ein umfangreiches Klangspektrum aus, dessen tiefe Bässe die Djembé der speziellen, kelchförmigen Gestalt ihres Korpus verdankt.

Veranstaltung 151-64400D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
19.30-21.00 Uhr, 20 UStd., 86,00 Euro

Veranstaltung 151-64402D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 77,40 Euro

Das Spiel mit der Djembé – Aufbaukurse

Veranstaltung 151-64404D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
10 x Donnerstag, ab 22.01.15
18.00-19.30 Uhr, 20 UStd., 86,00 Euro

Veranstaltung 151-64406D
Aladji Touré
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.30 Uhr, 18 UStd., 77,40 Euro

Kreatives Gestalten

Revierkunst – Sommerakademie
Zeichnen auf dem Gelände der Kokerei Hansa

Dieser Workshop richtet sich sowohl an Anfänger/innen als auch an geübte Teilnehmer/innen und bietet sich auch als Teilbereich für die Erstellung einer Mappe für Kunst und Design an. Eintritt in Kursgebühr enthalten. Es entstehen Materialkosten.

Sommer-VHS
Veranstaltung 151-71510D
Tanja Moszyk
Huckarde
Kokerei Hansa, Emscherallee 11
Samstag, 27.06.15, 11.00-16.30 Uhr
7 UStd., 38,40 Euro

Gesundheit

Hatha Yoga

Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet. Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84706D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
9 x Dienstag, ab 27.01.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84707D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
Familienzentrum Elfenwald Fabido
Osulfweg 44a
9 x Dienstag, ab 14.04.15
18.30-20.00 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84726D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
FABIDO Familienzentrum, Oberfeldstraße
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Veranstaltung 151-84727D
Zhivka Zhivkova
Huckarde
FABIDO Familienzentrum, Oberfeldstraße
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
17.00-18.30 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

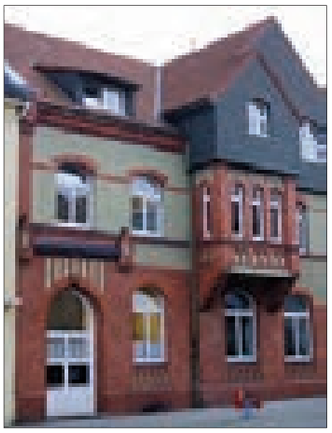
Stadtbezirk Huckarde

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Apotheke Berg & Hütten, Rahmer Str. 22
Apotheke am Rahmer Berg, Rahmer Str. 288
Apotheke Katharinen, Kirchlinder Str. 12
Apotheke Markt, Rahmer Str. 3
Apotheke Rosen, Jungferntalstr. 38a
Apotheke Urbanus, Roßbachstr. 10
Arztpraxis Dr. Baldini-Borsich, Roßbachstr. 10
Arztpraxis Dr. Kappe, Roßbachstr. 12
Augenoptiker Bohnenkamp, Kirchlinder Str. 9
Bäckerei Büth, Burgheisterkamp 2
Bäckerei Frank, Bothestr. 23
Bäckerei Uffelmann, Rahmer Str. 312
Bäckerei Schilling, Rahmer Str. 10
Bäckerei Wulf, Rahmer Str. 33
Bezirksverwaltungsstelle, Rahmer Str. 13
Blumengeschäft Jansing, Egilmarstr. 3
Blumenhaus Tadema-Leifeld, Roßbachstr. 25
Ev. Kindergarten, Willstätterstr. 55a
Fleischerei Zöllner, Kirchlinder Str. 13
Frauenzentrum Huckarde, Arthur-Beringer-Str. 42
Jugendfreizeitstätte, Jungferntalstr. 47b
Kindergarten Astrid Lindgren KG, Rahmer Str. 251
Kokerei Hansa, Emscherallee 11
Rewe Schulenburg, Rahmer Str. 262
Schreibwaren Gesinghaus, Rahmer Str. 3
Sparkasse, Rahmer Str. 15
Sparkasse, Rahmer Str. 387
Städt. Begegnungszentrum Huckarde, Parsevalstr. 170
Städt. Kindertagesstätte, Oberfeldstr. 45**Städt. Kindertagesstätte**, Heidegarten 3
Volksbank, Kirchlinder Str. 22

Lütgendortmund

Lütgendortmund, Marten



Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen	**B**-Bus	**S**-S-Bahn	**Haltestelle**
DRK-Altenzentrum Dellwiger Str. 273	**B** 463		Am Volksgarten
Städt. Begegnungszentrum Werner Str. 10		**S** 4	Lütgendortmund
Ev. Gemeindehaus Immanuel/Elias Bärenbruch 17-19	**B** 480	**RB** 43	Bärenbruch Do-Marten

Ansprechpartner:
Frank Meißner
(0231) 85 31 85
fmeissner@vhs-dortmund.de

Englisch

Great! A2
Locker und leichter lernen

Der Titel „Great! A2" ist Programm: Das Lehrwerk für Erwachsene (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501482-4) ermöglicht großartige Lernfortschritte in der englischen Sprache!

Lehrbuch: Great! A2, ab Lektion 7
Veranstaltung 151-32720D
Barbara Nölling
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Str. 10
18 x Dienstag, ab 27.01.15
19.45-21.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Englisch ohne Grenzen
Wir gehen weiter

Effektive internationale Kommunikation steht im Fokus von English Unlimited B1+. Intermediate (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-539915-0). Als Basis dient die Sprachdatenbank des Cambridge International Corpus: authentisches Englisch garantiert!

Lehrbuch: English Unlimited B1+. Intermediate, ab Lektion 5 und Lektüre
Veranstaltung 151-33340D
Barbara Nölling
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Str. 10
18 x Dienstag, ab 27.01.15
18.00-19.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

About all and everything

We enjoy articles about travelling, history, culture etc. Let's talk!

Material will be provided.
Veranstaltung 151-34112
Gabriele Herbst
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Str. 10
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.30-12.00 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Broaden your Knowledge of the English Language
Enjoy Reading, Listening and Discussing!

We discuss current affairs such as: politics, sports and common interest. Students shall be able to report on famous people, political relations and read and understand unknown texts.

Material: reporting and discussing current affairs.
Veranstaltung 151-34305
Regina Heinichen
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Str. 10
18 x Donnerstag, ab 29.01.15
9.30-11.00 Uhr, 36 UStd., 108,00 Euro

Ökologie

Die Vogelwelt auf der Nordseeinsel Norderney

Ob am Spülsaum, am Strand, im Watt oder in den Salzwiesen, die Vogelwelt auf der Insel Norderney ist artenreich. Ob Brutvögel, Standvögel, Zug – oder Gastvögel, der naturinteressierte Besucher der Insel und Beobachter kommt zu jeder Jahreszeit auf seine Kosten. Dabei ist vorzugsweise sicherlich zu den Zugzeiten der Vögel im Frühjahr und Herbst die Artenvielfalt am größten.

Lichtbildervortrag in Überblendtechnik
Veranstaltung 151-55400
Felix Ostermann
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Str. 10
Montag, 12.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Die schönsten Wildparks unserer Heimat

Nicht weit von Dortmund, im Münster – oder Sauerland gibt es sehr schöne und sehenswerte Wildparks, die nicht nur Einblicke in Flora und Fauna bieten, sondern auch eine engere Begegnung mit Wildtieren in großräumigen Anlagen ohne den typischen Zoocharakter ermöglichen. Der Lichtbildervortrag stellt den Naturwildpark Granat, den Wildpark Frankenhof, den Wildwald Vosswinkel, den Naturwildpark Warstein sowie den Biotop-Wildpark Anholter Schweiz vor.

Lichtbildervortrag in Überblendtechnik
Veranstaltung 151-55402
Rosemarie Ostermann
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund,
Werner Str. 10
Montag, 26.01.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Vom Seewinkel bis zum Kis Balaton

Der sogenannte „Seewinkel" am Neusiedler See in Niederösterreich ist Ausgangspunkt für viele naturinteressante Exkursionen in die Region eindrucksvoller Landschaftsmosaike rundum.

Nicht weniger interessant ist die angrenzende pannonische Tiefebene bis zur Karpolnapusta in Westungarn. Ein Dorado für Vogelbeobachter und botanisch Interessierte ist das Gebiet am und um den Kis-Balaton (kleiner Plattensee Ungarn).

Lichtbildervortrag in Überblendtechnik
Veranstaltung 151-55404
Rosemarie Ostermann
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Str. 10
Montag, 09.02.15, 19.30-21.00 Uhr
2 UStd., entgeltfrei

Kreatives Gestalten

Acrylmalerei

Es werden Grund- und Aufbautechniken der Acrylmalerei vermittelt. Acrylfarbe bietet wie kein anderes Material vielfältige Gestaltungs- und Experimentiermöglichkeiten. Die Farbe zeichnet sich aus durch außergewöhnliche coloristische Eigenschaften. Dank der starken Konzentration reiner Pigmente und der Verwendung erstklassiger Bindemittel sind Acrylfarben besonders leuchtend, rein, intensiv und von großer Farbtiefe.
Bitte mitbringen, sofern nicht anders angegeben: 2 Wasserbecher, Papiertücher, 1 Bleistift 2B, Radiergummi, Malblock für Acrylfarbe. Pinsel und Farbe werden für den ersten Unterrichtstag gegen einen Kostenbeitrag von der Kursleiterin gestellt. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen. Es entstehen Materialkosten.
Bitte mitbringen: vorhandene Acrylfarben, sowie dickeres Papier (kein Acrylmalpapier), kleine Keilrahmen, Wasserbecher

Veranstaltung 151-72300D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund,
Werner Str. 10
8 x Montag, ab 19.01.15
18.00-20.15 Uhr, 24 UStd., 76,80 Euro

Veranstaltung 151-72301D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund,
Werner Str. 10
8 x Montag, ab 13.04.15
18.00-20.15 Uhr, 24 UStd., 76,80 Euro

Veranstaltung 151-72302D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund,
Werner Str. 10
8 x Montag, ab 19.01.15
20.15-22.30 Uhr, 24 UStd., 76,80 Euro

Veranstaltung 151-72303D
Regina Föbinger
Lütgendortmund
Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund,
Werner Str. 10
8 x Montag, ab 13.04.15
20.15-22.30 Uhr, 24 UStd., 76,80 Euro

Gesundheit

Tiefenentspannung – Zeit für sich selber nehmen

Ziel der Hypnose ist es, einzig und allein, ein inneres Gleichgewicht wieder herzustellen, damit Sie mit sich in Balance sind, sich wohler, ausgeruhter und stärker fühlen. Die Meditationen wirken beruhigend auf das gesamte Nervenkostüm, tragen nachhaltig zu höherer Wahrnehmung, Konzentration und Ausgeglichenheit bei.
Die Dozentin ist ausgebildete Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Hypnosetherapeutin.

Veranstaltung 151-83409D
Fine Anders
Lütgendortmund
Ev. Gemeindehaus Immanuel/Elias
Bärenbruch 17–19
6 x Donnerstag, ab 16.04.15
18.00-19.30 Uhr, 12 UStd., 54,00 Euro

Veranstaltungsorte, die ebenerdig oder unter Überwindung maximal einer Stufe zugänglich sind und über eine Behindertentoilette verfügen:

Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Str. 10

Stadtbezirk Lütgendortmund

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Bezirksverwaltungsstelle, Limbecker Str. 31
Buchhandlung Köhler, Limbecker Str. 9-11
Christliches Jugenddorfwerk Deutschland e. V., Am Oespeler Dorney 41
Bäckmeisterei by Mack, Bockenfelder Str. 126
Volksbank Do.-Nordwest, In der Meile 2
Volksbank Do.-Nordwest, Borussiastr. 18
Volksbank Do.-Nordwest, Provinzialstr. 396
Volksbank Do.-Nordwest, Limbecker Str. 50
Drogerie Mohrenstecher, Limbecker Str 15
Ev. Gemeinde Immanuel, Bärenbruch 17-19
Ev. Gemeindehaus, Provinzialstraße 412
Sparkasse, Schulte-Heuthaus-Str. 52-54
Sparkasse, Auf der Linnert 22-25
Sparkasse, Provinzialstr. 395
Städt. Begegnungszentrum, Werner Str. 10
Stadtbücherei, An der Wasserburg 1
Westf. Industriemuseum, Grubenweg 5
Zweigbibliothek, Westermannstr. 23

Mengede

Mengede, Ellinghausen, Bodelschwingh

Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen: Mengede

	B-Bus	S-S-Bahn	Haltestelle
Städt. Begegnungszentrum Mengede, Bürenstr. 1	**B** 470/471/472 **B** 473/482	**S** 2	Do-Mengede
Kath. Gemeindehaus Remigius Siegenstr. 12	**B** 471/472		Freihofstraße
Bodelschwingher Grundschule Auf dem Kellerkamp 11	**B** 471/477		Richterstraße

Ansprechpartner:
Martin Poschmann
(0231) 31 32 64
mposchmann@vhs-dortmund.de

Englisch gemeinsam auffrischen

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die schon einmal Englisch in der Schule gelernt haben und die ihre Kenntnisse wieder auffrischen, festigen und ausbauen möchten. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Veranstaltung 151-32750D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 19.01.15, 19.15-20.45 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
Veranstaltung 151-32752D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 20.04.15, 19.15-20.45 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Refreshing and Practising

If you feel you have a good basic knowledge of the English language but you want to brush it up, this might be the right course for you. We talk about a variety of topics, expand our vocabulary and revise some grammar. Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 9 + Lektüre

Veranstaltung 151-33224D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 21.01.15, 19.15-20.45 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Improve your Reading and Speaking Skills

We will read short stories, biographies of famous people and interesting articles of all sorts of topics. Material will be announced.

Veranstaltung 151-33352D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Dienstag, ab 20.01.15, 10.30-12.00 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Veranstaltung 151-33354D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Dienstag, ab 21.04.15, 10.30-12.00 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Increase your Vocabulary, improve your Speaking Skills
Refresher Course

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 12 + Lektüre
Veranstaltung 151-33356D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 21.01.15
17.30-19.00 Uhr, 18 UStd., 72,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 13 + Lektüre
Veranstaltung 151-33358D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 22.04.15, 17.30-19.00 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Refreshing and Practising

If you feel you have a good basic knowledge of the English language but you want to brush it up, this might be the right course for you. We talk about a variety of topics, expand our vocabulary and revise some grammar.

Lehrbuch: Fairway 3, ab Lektion 10 + Lektüre
Veranstaltung 151-33360D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 22.04.15, 19.15-20.45 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Every Day Conversations
More Confidence in Speaking

You understand a lot of English, but want to improve your speaking skills and become more confident when speaking.
In these heterogeneous groups you can expand your vocabulary and use of colloquial expressions and improve your pronunciation. Through a mixture of topics and activities, no stress and lots of fun, your spoken English will just keep getting better.

Material will be announced.
Veranstaltung 151-33414
Gabriele Kelm
Mengede
Städt. Begegnungszentrum Mengede
Bürenstr. 1
18 x Mittwoch, ab 28.01.15, 10.00-11.30 Uhr
36 UStd., 108,00 Euro

Key B1
Ein abwechslungsreiches Spektrum für Sie

Unterschiedliche Schwerpunkte sowie interessante Themenfelder mit Alltagsbezug bieten Ihnen viele Sprachanlässe und Übungsmöglichkeiten. Ihr Schlüssel zum Erfolg!

Lehrbuch: Key B1, ab Lektion 3 + Lektüre
Veranstaltung 151-33460D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 19.01.15, 17.30-19.00 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Lehrbuch: Key B1, ab Lektion 4 + Lektüre
Veranstaltung 151-33464D
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Montag, ab 20.04.15, 17.30-19.00 Uhr
18 UStd., 72,00 Euro

Auffrischungskurs – Wiedereinstieg

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 11 + Lektüre
Veranstaltung 151-33854
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 21.01.15, 10.00-11.30 Uhr
18 UStd., 54,00 Euro

Lehrbuch: Fairway 2, ab Lektion 12 + Lektüre
Veranstaltung 151-33855
Ursula Krapp
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
9 x Mittwoch, ab 22.04.15, 10.00-11.30 Uhr
18 UStd., 54,00 Euro

Französisch

Niveaustufe B1.3

Lehrbuch: Voyages, Band 3, Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 978-3-12-529280-2.
In den Kursen der Abschlussstufe behandeln Sie die Themen: Urlaub, Französische Regionen, Umweltprobleme, Sitten und Gebräuche, Arbeitsmarkt, Frauen, Freizeit, Familie, Kulturen, Feste, Mode, Gesundheit.

ab Lektion 10
Veranstaltung 151-36730
Leni Osterhaus
Mengede
Kath. Kirchengemeinde Mengede
Gemeindehaus, Jonathanstr. 17
16 x Dienstag, ab 20.01.15, 17.00-18.30 Uhr
32 UStd., 128,00 Euro

Ökologie

Nachtigallengesang bei Gut Königsmühle

Entlang der Emscher von Deusen bis Mengede singen im Frühling die Nachtigallen.

Exkursion
Veranstaltung 151-55224
Klaus-Dieter Horn
Mengede
Treffpunkt:
Gut Königsmühle, Ellinghauserstr. 309
Donnerstag, 14.05.15, 18.30-21.30 Uhr
4 UStd., 5,00 Euro

Gesundheit

Heil- und Wildkräuterkunde
Mai-Spaziergang durch Do-Mengede

Gebräuchlichste Heilkräuter werden in der Natur nicht wahrgenommen, obwohl sie da sind: Schafgarbe, Bibernelle, Giersch, Schöllkraut. Im städtischen Mengede finden wir sie und andere.

Exkursion
Veranstaltung 151-82219D
Karin Wirsching
Mengede
Treffpunkt: 44359 Dortmund-Mengede
Vor dem Amtshaus, Am Amtshaus 1
Sonntag, 17.05.15, 14.00-16.30 Uhr
3 UStd., 10,00 Euro
Anmeldung erforderlich

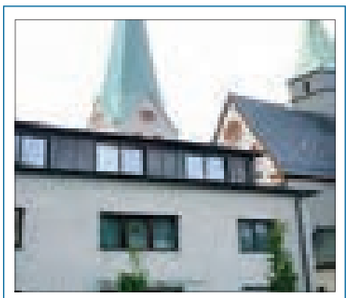
Gymnastik und Fitness

Gymnastik für Frauen ab 50

Gesundheitsorientiertes Training für das Herz-Kreislaufsystem und den Halte- und Bewegungsapparat. **Bitte mitbringen:** feste Turnschuhe und eine Gymnastikmatte.

Veranstaltung 151-86314D
Ursula Granzeuer/Gisela Madzelewski
Mengede
Bodelschwingh–Grundschule, Gymnastikhalle
Auf dem Kellerkamp 11
9 x Dienstag, ab 27.01.15, 20.00-21.30 Uhr
18 UStd., 65,70 Euro

Veranstaltung 151-86315D
Ursula Granzeuer/Gisela Madzelewski
Mengede
Bodelschwingh–Grundschule, Gymnastikhalle
Auf dem Kellerkamp 11
10 x Dienstag, ab 14.04.15
20.00-21.30 Uhr, 20 UStd., 73,00 Euro



Stadtbezirk Mengede

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Apotheke Remigius, Mengeder Markt 3
Apotheke Wodan, Wodanstr. 35
Bezirksverwaltungsstelle, Am Amtshaus 1
Buchhandlung am Amtshaus, Am Amtshaus 16
Buchhandlung Arnold, Siegburgstr. 5
Citibank Privatkunden, Siegburgstr. 15
Kaufland, Heimbrügge 7
REWE Nette, Dörwerstr. 45
REWE Viert, Westerfilder Str. 32
Schreibwaren u. Spielwaren Linke, Im Odemsloh
Sparkasse, Am Amtshaus 12
Sparkasse, Westerfilder Str. 15
Städt. Begegnungszentrum Mengede, Bürenstraße 1
Volksbank Do.-Nordwest, Westerfilder Str. 52
Volksbank Do.-Nordwest, Am Amtshaus 22
Zweigbibliothek, Rigwinstr. 32

Scharnhorst

Scharnhorst, Alt-Scharnhorst, Husen, Lanstrop

Veranstaltungsorte und Bahn-Bus-Verbindungen

	B-Bus	U-Stadtbahn	Haltestelle
Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst Gleiwitzstr. 277	**B** 420/424 **B** 425/427	**U** 42	Scharnhorst-Zentrum
Hauptschule Gleiwitzstr. 200	**B** 420/424 **B** 425/427	**U** 42	Scharnhorst-Zentrum
Familienzentrum Am Stuckenrodt Am Stuckenrodt 8	**B** 420	**U** 42	Flughafenstraße

Ansprechpartner:
Friedrich Benz
(0231) 29 04 44
fbenz@vhs-dortmund.de

Englisch

Easy English
Ein leichter Einstieg in die englische Sprache

In diesem Seminar erleben Teilnehmende ohne Vorkenntnisse langsam und in kleinen Schritten, aber mit viel Spaß eine erste Begegnung mit der englischen Sprache.

Lehrbuch: Fairway A1, ab Lektion 1
Veranstaltung 151-33802D
Beate Oxe
Scharnhorst
Städt. Begegnungszentrum, Gleiwitzstr. 277
18 x Dienstag, ab 27.01.15
9.00-10.30 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Englisch mit Muße
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs mit langsamer Progression –aber mit viel Spaß – erleben wir gemeinsam Schritte in der englischen Sprache.

Lehrbuch: Fairway 1, ab Lektion 14
Veranstaltung 151-33820D
Beate Oxe
Scharnhorst
Städt. Begegnungszentrum, Gleiwitzstr. 277
18 x Dienstag, ab 27.01.15
10.45-12.15 Uhr, 36 UStd., 144,00 Euro

Politik

Naturnahe Umgestaltung: Die Deponie Westfalenhütte

Neben der Halde Schleswig in Asseln wird in Kirchderne die ehemalige Deponie der Westfalenhütte von ThyssenKrupp aufwändig gesichert und renaturiert.
Über Jahrzehnte wurden hier sechs Schlammteiche betrieben, in die Brauchwasser der Stahlproduktion gepumpt wurde. Die Stoffe, die sich dabei abgesetzt haben, wurden mittlerweile verkapselt und zu Hügeln aufgeschüttet.
Der Deponiebereich wird nun begrünt und soll zukünftig der Öffentlichkeit freigegeben werden. Über die Sicherungsmaßnahmen, aber auch über die Geschichte der Deponie, auf der man mittlerweile sogar Rehe und eine seltene Orchideenart finden kann, informieren wir uns bei einer Begehung. Bitte festes, robustes Schuhwerk (da Baustelle) und wetterfeste Kleidung tragen.

Exkursion
Veranstaltung 151-51216
Andreas Peters
Scharnhorst
Treffpunkt:
Vor dem Pförtner der Fa. CEMEX,
Im Karrenberg 36, Dortmund-Kirchderne
Freitag, 24.04.15, 15.00-16.30 Uhr
2 UStd., 8,00 Euro

Kreatives Gestalten

Das Silber-Projekt

Die intensive fachliche Betreuung in dem professionell eingerichteten Atelier des Einzelstuecks schafft die Voraussetzung für außergewöhnliche Schmuckgestaltung. Neben theoretischen und gestalterischen Grundkenntnissen wird ein Einblick in die manuelle Schmuckgestaltung vermittelt. Gefertigt wird im Anschluss daran ein Schmuckstück nach eigenen Vorstellungen. Es wird nicht in Gold gearbeitet.
Die Einführung zum Thema inklusive Materialbesprechung ist am Montag, dem 19.01.2015 (Kurse 151-74500 bis 151-74526), und am Montag, dem 13.04.15 (Kurse 151-74530 bis 151-74556), jeweils ab 18.00 Uhr im Atelier Einzelstueck, Liboristr. 34, 44143 Dortmund). Die Teilnahme an der Vorbesprechung ist unbedingt erforderlich. Bitte zum Kurs mitbringen: Arbeitskleidung. Es entstehen Materialkosten.

Kleingruppe
Wolf György
Atelier Einzelstueck, Liboristr. 34
14-tägig, jeweils 16 UStd., 118,80 Euro

Veranst.-Nr. 151-74500
4 x dienstags, ab 20.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74502
4 x mittwochs, ab 21.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74504
4 x donnerstags, ab 22.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74506
4 x freitags, ab 23.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74508
4 x samstags, ab 24.01.15
10:00-13:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74510
4 x samstags, ab 24.01.15
16:00-19:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74520
4 x dienstags, ab 27.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74522
4 x mittwochs, ab 28.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74524
4 x donnerstags, ab 29.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74526
4 x freitags, ab.30.01.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74530
4 x dienstags, ab 14.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74532
4 x mittwochs, ab 15.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74534
4 x donnerstags, ab16.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74536
4 x freitags, ab 17.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74538
4 x samstags, ab 18.04.15
10:00-13:15 Uhr

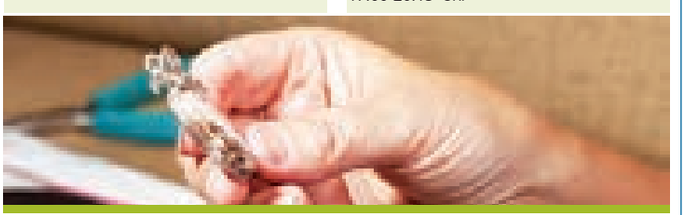
Veranst.-Nr.1 51-74540
4 x samstags, ab 18.04.15
16:00-19:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74550
4 x dienstags, ab 21.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74552
4 x mittwochs, ab 22.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74554
4 x donnerstags, ab 23.04.15
17:00-20:15 Uhr

Veranst.-Nr. 151-74556
4 x freitags, ab 24.04.15
17:00-20:15 Uhr



Gesundheit

Hatha Yoga

Die Kurse sind sowohl für Anfänger/innen ohne wie auch mit geringen Übungserfahrungen jeden Alters geeignet.
Bitte bringen Sie eine Matte (in den Stadtbezirken), Decke, ein Kissen, ein Sitzkissen sowie dicke Socken mit und tragen bequeme Kleidung.

Veranstaltung 151-84728D
Zhivka Zhivkova
Scharnhorst
Westholz Grundschule, Gymnastikraum
Westholz 100
9 x Donnerstag, ab 29.01.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

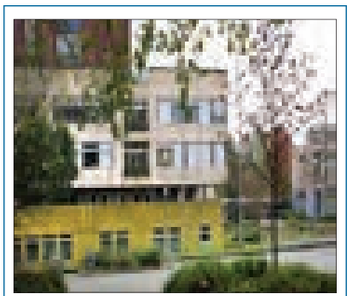
Veranstaltung 151-84729D
Zhivka Zhivkova
Scharnhorst
Westholz Grundschule, Gymnastikraum
Westholz 100
9 x Donnerstag, ab 16.04.15
19.15-20.45 Uhr, 18 UStd., 72,90 Euro

Den Rücken stärken nach dem Konzept der Bremer Rückenschule

Sie lernen ihr Alltagsverhalten zu ändern durch richtiges Stehen, Tragen, Heben, Bücken, Aufstehen, Hinlegen, Sitzen, etc. Gesteigert wird das körperliche Wohlbefinden durch Entspannungsübungen, Reisen durch den Körper, Muskelentspannung, Tiefenentspannung, Ballmassagen etc.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke oder Thermomatte sowie ein kleines Kissen oder Handtuch als Kopfunterlage.

Veranstaltung 151-85234D
Margit Michalak
Scharnhorst
Familienzentrum Am Stuckenrodt
Am Stuckenrodt 8
9 x Dienstag, ab 20.01.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro

Veranstaltung 151-85235D
Margit Michalak
Scharnhorst
Familienzentrum Am Stuckenrodt
Am Stuckenrodt 8
9 x Dienstag, ab 14.04.15
19.30-21.00 Uhr, 18 UStd., 65,70 Euro



Stadtbezirk Scharnhorst

Auch im nächsten Halbjahr finden Sie hier unser Programmheft:

Alte Post, Lanstroper Str. 89
Apotheke Bienen, Husener Str. 73
Apotheke Distel, Gleiwitzstr. 97
Apotheke EKS, Gleiwitzstr. 273
Apotheke in der Droote, Droote 50
Apotheke Michael, Färberstr. 23
Apotheke Neue, Altenderner Str. 20b
Apotheke Paracelsus, Lüttenwiese 21
AWO-Begegnungsstätte, Merckenbuschweg 41
Bäckerei/Bistro „Stöve", Gleiwitzstr. 273
Bezirksverwaltungsstelle, Gleiwitzstr. 277
Drogerie Sommer, Husener Str. 70
Gaststätte „Haus Lahr", Husener Str. 67
Grill-Stoltefuss, Husener Str. 54
Jugendfreizeitstätte „Zentrum", Gleiwitzstr. 255
Kath. Kirche Kurl, Werimbold 4
REWE CENTER „Filips", Husener Str. 46
Sparkasse, Gleiwitzstr. 277
Sparkasse, Gleiwitzstr. 99
Sparkasse, Kuppenweg 11
Sparkasse, Altenderner Str. 20a
Sparkasse, Kühlkamp 2
Sparkasse, Färberstr. 23
Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst, Gleiwitzstr. 277
Volksbank, Mackenrothweg 6
Volksbank, Friedrich-Hölscher-Str. 377
Volksbank, Altenderner Str. 39
Volksbank, Husener Str. 68
Volksbank, Steinhoffstr. 1
Zweigbibliothek, Mackenrothweg 15

Weiterbildung lohnt sich!
Förderangebote für Weiterbildung & Beratung

Bildungsprämie

Was ist die Bildungsprämie?
Die Bildungsprämie ist ein staatlicher Zuschuss zu Ihrer beruflichen Weiterbildung. Der Prämiengutschein ermöglicht die Ermäßigung der Kurs- oder Prüfungsgebühren um maximal 50%, höchstens jedoch um 500,00 Euro (gültig seit 01.01.2010 für einen Kurs pro Jahr).

Wer hat Anspruch?
Alle Erwerbstätigen, deren zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 Euro (bzw. 40.000 Euro bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt.

Wer wird gefördert?
Angestellte, Selbstständige, geringfügig Beschäftigte, freigestellte Beschäftigte, Beschäftigte in Mutterschutz oder Elternzeit, Aufstocker (ergänzende ALG II-Leistungen zum Erwerbseinkommen), Beschäftigte des Bundes und nachgeordneter Behörden (neu aufgenommen) Berufsrückkehrerinnen

Wer wird nicht gefördert?
Frauen und Männer, die ALG I oder II erhalten, Frauen und Männer, die Anspruch nach dem AFBG, InteressentInnen, die keine Selbsterklärung abgeben, Frauen und Männer ohne Arbeitserlaubnis in Deutschland, Rentner/-innen, Schüler, Auszubildende, Studierende

Maßnahmen
Für einen Prämiengutschein kommen grundsätzlich Maßnahmen in Frage, die außerhalb des Betriebes stattfinden, dem Sie angehören, Kenntnisse und Fertigkeiten vermitteln, die dem beruflichen Fortkommen dienen und über arbeitsplatzbezogene Anpassungsfortbildungen hinausgehen.

Was wird gefördert?
Kurse und Prüfungen, die der individuellen beruflichen Weiterbildung dienen. Individuelle berufliche Weiterbildung zielt auf das Fortkommen im ausgeübten Beruf, auf einen Berufswechsel oder den Erhalt bzw. Entwicklung der Beschäftigungsfähigkeit.

Was wird nicht gefördert?
Gutscheine werden nicht ausgestellt für:
betriebliche Anpassungsqualifizierungen und Trainings, Weiterbildung im Rahmen der allgemeinen Lebensführung, anderweitig staatlich geförderte oder förderfähige Weiterbildungen, Einzelunterricht, Informationsveranstaltungen, Veranstaltungen unter 6 Unterrichtseinheiten, Fachtagungen, Kongresse oder Messen, Führerscheine, Kurse oder Prüfungen, die vor dem Beratungsgespräch begonnen haben.

Wie beantragen Sie die Bildungsprämie?
Den Prämiengutschein gibt es in unserer Beratungsstelle. Vereinbaren Sie bitte einen Gesprächstermin

Bitte bringen Sie folgende Unterlagen zur Ihrer Beratung mit:
- amtlicher Ausweis mit Foto (Reisepass, Führerschein, Personalausweis),
- letzter Einkommensteuerbescheid (mind. aus dem Vor-Vorjahr) ersatzweise kann eine Nichtveranlagungsbescheinigung (NVB) vorgelegt werden, oder aber eine Lohnbescheinigung des Arbeitgebers mit Selbstauskunft
- ggf. Nachweis über den Aufenthaltsstatus, sofern Sie nicht deutscher Staatsbürger bzw. deutsche Staatsbürgerin sind.

Wie lösen Sie den Prämiengutschein ein?
Sie buchen bei einem der genannten Weiterbildungsanbieter einen Kurs oder eine Prüfung für das auf dem Gutschein angegebene Weiterbildungsziel.
Der Weiterbildungsanbieter verrechnet bei Annahme des Prämiengutscheins max. 50 % der Kurs- oder Prüfungsgebühren, höchstens jedoch 500,00 Euro, mit dem Prämiengutschein. Den restlichen Betrag zahlen Sie.

ESF in Nordrhein-Westfalen
In Menschen investieren.

Bildungsscheck

Mit dem Sonderprogramm Bildungsscheck NRW Fachkräfte (2013 bis 2015), finanziert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF), unterstützt die Landesregierung die Fachkräfteinitiative und fördert Anstrengungen zur beruflichen Weiterbildung.
Mit dem Sonderprogramm wird die Teilnahme an höherwertigen beruflichen Weiterbildungsangeboten unterstützt und das Förderangebot des Bildungsscheck fortgeführt.

Wie wird gefördert?
Wenn Sie beschäftigt sind oder ein Unternehmen leiten und die Weiterbildung Ihrer MitarbeiterInnen unterstützen möchten, erhalten Sie mit dem Bildungsscheck einen Zuschuss von 50 Prozent bis zu 2.000 Euro zu den Weiterbildungskosten. Die Landesregierung finanziert den Förderzuschuss aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds, die andere Hälfte tragen Betriebe oder Beschäftigte selbst.

Was wird gefördert?
Gefördert werden Weiterbildungen, die der beruflichen Qualifizierung dienen und fachliche Kompetenzen oder Schlüsselqualifikationen vermitteln. Das sind z. B. (berufs-)abschlussbezogene Angebote, Sprachkurse, EDV-Schulungen, Lern- und Arbeitstechniken.
Ausgeschlossen von der Förderung sind vor allem arbeitsplatzbezogene Anpassungsqualifizierungen wie Maschinenbedienerschulungen oder Trainings bei neuen Produkteinführungen.

Individueller und betrieblicher Zugang – wer den Bildungsscheck erhält
Den Bildungsscheck können sowohl Beschäftigte individuell für ihre berufliche Weiterentwicklung nutzen als auch kleinere und mittlere Betriebe einsetzen, um geeignete Qualifizierungen für die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen auf den Weg zu bringen. Un- und Angelernte können mit Hilfe eines Bildungsschecks einen Berufsabschluss nachholen, Zugewanderte Qualifizierungslücken schließen und so die Chance auf Anerkennung ihrer im Ausland erworbenen beruflichen Qualifikationen erhöhen. Berufsrückkehrende machen sich mit dem Bildungsscheck fit für den Wiedereinstieg in das Berufsleben.

Im individuellen Zugang können Beschäftigte jährlich einen Bildungsscheck erhalten. Im betrieblichen Zugang können kleinere und mittlere Betriebe mit weniger als 250 Beschäftigten jährlich bis zu 20 Bildungsschecks in Anspruch nehmen.
Existenzgründerinnen und Existenzgründer in den ersten fünf Jahren ihrer Selbständigkeit und Berufsrückkehrende haben die Möglichkeit, einmal im Jahr einen Bildungsscheck zu empfangen.
Beschäftigte ohne Berufsabschluss und Zugewanderten, die eine Nachqualifizierung anstreben, sind besonders angesprochen.

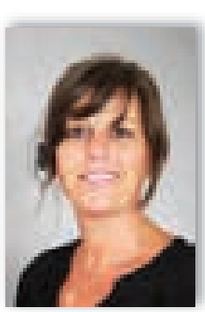
Wie erhalten Sie einen Bildungsscheck?
Die VHS Dortmund ist Beratungseinrichtung zum Bildungsscheck. Im Rahmen einer kostenlose Beratung werden die persönlichen Voraussetzungen für die Förderung erläutert und die Bildungsschecks sowohl für Personen als auch Betriebe vergeben.

Beratung zur beruflichen Entwicklung

Die VHS Dortmund bietet das neue, vom NRW-Arbeitsministerium und der EU geförderte Programm „Beratung zur beruflichen Entwicklung (BBE)“ an.
Das kostenlose Angebot richtet sich an Frauen und Männer, die sich beruflich weiterentwickeln oder neu orientieren wollen. Auch Berufsrückkehrende und Personen, die ihre beruflichen Qualifikationen im Ausland erworben haben, werden hier beraten.
Auf der Grundlage eigener Fähigkeiten und Ziele soll in der Beratung die weitere berufliche Entwicklung konkret geplant werden. Qualifizierte Beraterinnen und Berater unterstützen Sie dabei, die eigenen Kompetenzen festzustellen, Entwicklungsmöglichkeiten realistisch einzuschätzen sowie konkrete Schritte einzuleiten.

Anmeldung

Die VHS Dortmund ist Beratungseinrichtung zum Bildungsscheck, Bildungsprämie und für die Beratung zur beruflichen Entwicklung (BBE).
Für alle drei Angebote benötigen Sie einen Beratungstermin!
Diesen vereinbaren Sie bitte mit Frau Kuicke unter Telefon (0231) 50-2 47 19.



vhs.leitbild

1. Die Volkshochschule Dortmund

Die Volkshochschule Dortmund ist eine öffentliche Weiterbildungseinrichtung, die zu großen Teilen aus öffentlichen Mitteln finanziert wird und daher in einer besonderen gesellschaftlichen Verantwortung steht. Für ihre Arbeit sind die vom Land NRW mit dem Weiterbildungsgesetz vorgegebenen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen ebenso maßgeblich wie die Verantwortung gegenüber der Dortmunder Einwohnerschaft und den von ihr gewählten kommunalen Gremien.

Die Volkshochschule Dortmund ist im Spektrum demokratischer Positionen weltanschaulich und parteipolitisch nicht gebunden; ihre Veranstaltungen stehen grundsätzlich allen offen.

2. Der Auftrag

Im Mittelpunkt der Weiterbildungsarbeit der Volkshochschule Dortmund steht der Mensch mit seinen Fähigkeiten, sich im Laufe seines Lebens als selbstbestimmt Lernender zu entfalten. Die VHS organisiert Möglichkeiten des Lernens und schafft inhaltliche, didaktisch-methodische und organisatorische Rahmenbedingungen, um Lernprozesse möglichst erfolgreich zu gestalten.

Erwachsenenbildung/Weiterbildung trägt aus Sicht der Volkshochschule Dortmund dazu bei, dass der Mensch sich kritisch mit seinen Lebenszusammenhängen auseinandersetzen, diese in Verantwortung mitgestalten und dabei auch seine kulturell geprägten Bewertungsmaßstäbe (ethischen Kategorien) selbstkritisch überprüfen kann. Somit ist Weiterbildung mehr als die Bereitstellung und Vermittlung von Orientierungs- und Funktionswissen.

Die Volkshochschule Dortmund fühlt sich dem Prinzip der Ganzheitlichkeit des Lernens verpflichtet. Sie betrachtet den Menschen in all seinen sozialen, kulturellen, beruflichen und privaten Lebensbezügen als Lernenden und zielt darauf, die Entfaltung der Persönlichkeit zu fördern und ihre Kompetenzen zu erweitern, die Fähigkeit zur Mitgestaltung des demokratischen Gemeinwesens zu stärken und die Anforderungen der Arbeitswelt bewältigen zu helfen.

Erwachsenenbildung/Weiterbildung in der Volkshochschule Dortmund dient der Emanzipation des Menschen auf der Grundlage der Menschenrechte. Erwachsenenbildung/Weiterbildung hat ferner eine kompensatorische Funktion, wenn sie bestehende Bildungs- und Qualifikationsdefizite abzubauen hilft.

3. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer – die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Die Volkshochschule Dortmund ist nicht nur eine Stätte der Wissensvermittlung, sondern auch ein Ort der Begegnung, der die Entwicklung sozialer Kontakte fördert und Menschen zusammenführt. Als lernende Organisation ist sie selbst von den Inhalten betroffen, die als neues Lernen für neue Herausforderungen von ihr angeboten werden, und sie ist angewiesen auf die Mitgestaltung der an ihrer Arbeit Beteiligten.

Dies bedeutet, dass sich die haupt- und freiberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie die Teilnehmerinnen und Teilnehmern in ihrer Zusammenarbeit und ihrem Umgang miteinander an Selbstverantwortung und Partnerschaftlichkeit orientieren.

4. Das Angebot

Die Teilnahme an Weiterbildungsveranstaltungen der Volkshochschule Dortmund ist grundsätzlich freiwillig, sie wird aber beeinflusst durch Anforderungen des Berufs und der verschiedenen Lebenssituationen. Die Bildungsinhalte sind daher bedarfsorientiert: Sie orientieren sich an den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen, den qualifikatorischen Anforderungen, die Gesellschaft und Arbeitswelt an den Einzelnen stellen (z.B. Strukturwandel), sowie an den individuellen Lernbedürfnissen.

5. Die Qualität

Die Volkshochschule Dortmund fühlt sich im Sinne einer lernenden Organisation verpflichtet, ständig die Qualität ihrer Arbeit dadurch zu verbessern, dass sie immer wieder ihre Zielsetzungen, ihre Programminhalte, die Methodik und Didaktik, die Instrumente der Bedarfsermittlung, die Kriterien zur Leistungsbewertung, die Zugänglichkeit, die Transparenz ihres Handelns überprüft und sich der Kritik ihrer Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellt.

Barrierearme Weiterbildung:

Für die Teilnahme an unseren Veranstaltungen ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Nutzen Sie dazu bitte unsere Anmeldekarte. Hier haben Sie die Möglichkeit, besondere Bedarfe für Ihre Teilnahme anzugeben. Nur wenn wir im Vorfeld von Ihnen erfahren, welche Hilfsmittel Sie benötigen, können wir Sie unterstützen!

Liste der Veranstaltungsorte, die ebenerdig oder unter Überwindung maximal einer Stufe zugänglich sind und über eine Behindertentoilette verfügen.

- Aplerbecker Hallenbad, Diakon-Koch-Weg 6, Aplerbeck
- AWO Begegnungszentrum, Tetschener Str. 2-4, Hombruch
- Begegnungszentrum, Gleiwitzstr. 277, Scharnhorst
- Haus Rodenberg, Aplerbeck, Rodenbergstr. 36
- Evangelisches Gemeindehaus, Wellinghoferstr. 21, Hörde
- Großer Nachbarschaftstreff, Clarenberg 11, Hörde
- Gustav-Heinemann-Gesamtschule, Parsevalstr. 17, Huckarde
- Nachbarschaftshaus Fürst Hardenberg e. V., Herrekestr. 66, Eving
- Städt. Begegnungszentrum, Am Oldendieck 6, Aplerbeck
- Städt. Begegnungszentrum Eving, Deutsche Str. 27, Eving
- Städt. Begegnungszentrum, Werner Str. 10, Lütgendortmund
- VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou, Oberdorfstr. 23, Brackel
- Volkshochschule, Hansastr. 2-4
- Weiterbildungszentrum Rheinische Straße 69
- Westf. Zentrum f. Psychiatrie, Marsbruchstr. 179, Aplerbeck
- Wohnstift Augustinum, Kirchhörder Str. 101, Kirchhörde

Stichwortregister mit Seitenzahlen

3D 48

A

Access 40
Acryl 155
Ägypten 15
Airbrush 155
Alphabetisierung 17
Alt Griechisch 102
Antisemitismus 108
Apple-App 46
Apps 36
Aquarell 157
Aquaristik 126
Arabisch 98
Arbeitnehmer 105
Archeologie 118
Architekturfotografie 166
Astrophysik 128
AT 186
Atelier 134
Atem 185
Auftragsmaßnahmen 14
AutoCAD 48

B

Backen 205
Backstube 123
Ballett 146
Barcelona 137
Barrierefreiheit 232
Basisgarderobe 27
Behinderung 122
Beruf 21
Beton 161
Bierbrauen 208
Bildungsprämie 231
Bildungsurlaub 6
Bionik 105
Bittermark 109
Blitzlichtfotografie 166
Bloggen 45
Bollywood 148
BOP 199
British Politics 67
Buchbinden 162
Bulgarisch 94
Business English 69
Businessplan 29

C

C# 47
C++ 47
Cajon 145
Cambridge 72
CEWE Fotobuch 41
China 137
Chinesisch 99
Chor 178
Cloud 35
Cocktails 209
Cornwall 61
Cranach 132
Curry 202

D

Dänisch 88
Datenbanken 40
Demenz 181
Deutsch als Erstsprache 18
Deutsch als Fremdsprache 51
Deutsch Prüfung 54
Deutsch Zertifikat 54
Deutschland 104
Dorstfeld 118
Dostojewskij 121
Dozentenfortbildung 210
Dreamweaver 45
DSW21 110
Duisburg 113

E

ebook 45
E-Card NRW 37
EDV-Grundlagen 32
Einbürgerungstest 55
Einkommenssteuer 30
Elementarbildung 17
E-Mail 35
Emscher 112
Energie 123
Englisch 57
Englisch für den Beruf 69
Englisch-Conversationen 66
Englische Grammatik 59
English for Seniors 65
Enneagramm 175
Entgeltordnung 240
Epikur 120
Erbrecht 30
ESF 15
Europa 104
Eventmanagement 25
Excel 38
Existenzgründung 29
Exkursionen 8

F

Facebook 34
Farb- und Stilberatung 26
Feldenkrais 195
Filmen 43
Filzen 171
Fingerfood 206
Finnisch 88
Fitness 197
Flamenco 150
Flamingos 126
Flatrate 9
Flickr 168
Fotografie 163
Fotografie 3
Fotolabor 164
Fotonachweis 9
Fotoshop 41
Fotowerkstatt 163
Französisch 73
Frau sein 110
Fussballmuseum 111

G

Garten 127
Gebärdensprache 103
Gemüse 206
Gesang 145
Geschichte 115
Gesundheit 180
Gewaltfreiheit 24
Gewerkschaft 105
Gewichtsreduktion 183
Gitarre 143
Goethe Zertifikat 53
Google 33
Griechisch 91
Großmarkt 111
Gymnastik 198

H

Hafen 112
Halde Schleswig 111
Hamburg 106
Handyfotografie 168
HDR 165
Hindi 99
Hindutempel 113
Hiroshima 117
Historischer Tanz 148
Hölderlin 120
Holzbearbeitung 161
Homöopathie 182
Hut 162

I

Illustrator 42
Imagefilm 25
InDesign 42
Info 2
Inhalt 1
Integrationskurse 56
Internetmarketing 29
Inventor 48
Ipad 36
Islam 109
IT 32
Italienisch 78

J

Japanisch 100
JAVA 44
Jimdo 45
Joomla 45
Jordanien 113
Joyrobic 200
Juden 107
Jugendliche 12
JVA 114

K

Kaffee 206
Kalender 7
Keramik 161
Kinderbücher 141
Klavier 143
Kochen 201
Kochen International 201
Kochen mit Kindern 208
Konfliktlösung 177
Koreanisch 101
Körpersprache 21
Kräuter 127
Kreativwirtschaft 151
Krimilesung 142
Kroatisch 94
Kuba 114
Kunst 131
Kunstgeschichte 131
Kunstmatinee 132
Kunst-Webinare 135

L

Latein 102
Lego Mindstorms 47
Leitbild 232
Light-Painting 165
Lincoln 117
Litauisch 97
Literatur 138
London 61
Luther 132

M

Make Up 27
Malen 154
Männerkochklub 201
Mappencoaching 152
Massage 187
Mathematik 19
Meditation 187
Mindmap 37
Modellbahn 48
Montessori 179
Museen 133
Musik 143

N

Nähen 169
Nähmaschine 169
Naturforscherpass 124
Naturkunde 124
Nibelungen 116
Niederländisch 88
Nietzsche 121
NLP 27
Norderney 127
Norwegisch 90
Notebook 35

O

Ökologie 123
Orientalischer Tanz 150
Orientierungswoche 3
OSM 33
Ostfriesland 127
Outlook 39

P

Paris 136
Patchwork 172
Patientenverfügung 30
Persisch 101
Philosophie 119
Philosophie-Salong 119
PHP 44
Picasar 41
Pilates 197
Pilsen 136
Poetry jam 140
Politik 107
Polnisch 95
Pop-Art 155
Portraitfotografie 166
Portugiesisch 91
Powerpoint 39
Projektmanagement 26
Psychologie 174

Q

Qi Gong 188

R

Radio 91.2 112
Rauchen 180
Resilienz 26
Rhetorik 21
Riverdance 148
Rousseau 120
Russisch 96

S

Salsa 148
Salz 207
Scannen 164
Schlaf 180
Schlagfertigkeitstraining 24
Schlagzeug 145
Schmerzen 181
Schulabschlüsse 20
Schüssler 182
Schwedisch 90
SelbstWertTraining 28
Silberprojekt 162
Single 177
Smartphone 35
Sozialpolitik 104
Spanisch 82
Spargel 123
Speed Reading 27
Sprachenberatung 50
Sprachstandards 49
SQL 40
Stadtteile 212
Standorte 238
Step – Tanz 147
Steuerrecht 30
Stichwort 232
Stimmtraining 21
Stressbewältigung 183
Stricken 173
Studienreisen 16
Südwestfriedhof 125
Systempflege 34

T

Tablet 25
Tai Chi Chuan 189
Tango 148
Tanzen 146
Tanzkurs 149
Tastaturschreiben 32
Team 234
Telefonkommunikation 25
Thailändisch 101
Thier-Galerie 110
Ton 43
Töpfern 160
Trinkwasser 180
Trommeln 144
Tschechisch 97
Türkisch 91
TYPO3 45

U

Ungarisch 97
Universum 128
Unterhaltungselektronik 35

V

Van Gogh 134
Vegane Küche 204
Vegetarische Küche 204
Verbraucherinformationen 39
Verhandlungen 23
Video 43
Vietnamesisch 101
Viren 34
Visual Merchandising 25
Vorstellungsgespräch 21
Vorträge 4
Vortragen 23

W

Walking 196
Waterloo 116
Web-Design 44
Webinare 10
Webseiten 44
Wein 209
Weltpolitik 108
Westfalenhütte 111
Wildwald 125
Windows 33
Wirbelsäure 194
WLAN 34
Word 37
Wortschatztraining 24

Y

Yoga 190

Z

Zeichnen 152
Zeitmanagement 26
ZEN 186
Zumba 200

vhs.team

Leitung der VHS

Heinz Bünger
Direktor
(0231) 50-2 24 39

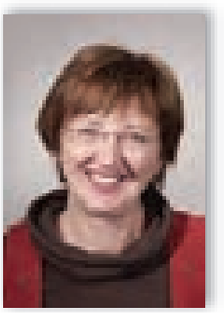
Dr. Roderich Grimm
Stellv. Direktor
Leitung Abteilung 2
(0231) 50-2 47 32

Elke Winkler
Assistenz der Geschäftsbereichsleitung
(0231) 50-2 24 30

Abteilung 1 Projektmanagement und Angebote für Unternehmen

Stephan Straub
Abteilungsleitung
Projektmanagement
(0231) 50-2 64 09

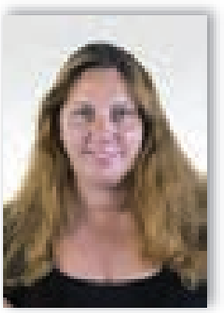
Elke Brinkmann-Pytlik
Stellv. Abteilungsleitung
Weiterbildungsmanagement
Sprachen, Projekte
(0231) 50-2 47 16



Bettina Barth
Sachbearbeitung
Projekte, vhs.campus
(0231) 50-2 97 84

Jasmin Dieckerhoff
Weiterbildungsmanagement
Integrationskurse
Projekte
(0231) 50-2 47 05

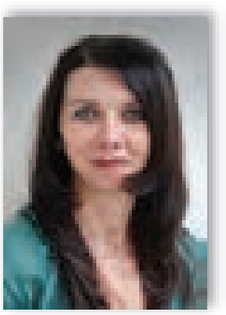
Ulrike Dzialas
Sachbearbeitung
Projekte
(0231) 50-2 47 04



Desirée Göhlich
Sachbearbeitung
Projekte
(0231) 50-2 60 53

Ralf Grevinga
Weiterbildungsmanagement
Projekte
(0231) 50-2 24 34

Winfried Hennig
Weiterbildungsmanagement
Projekte
(0231) 50-2 47 08

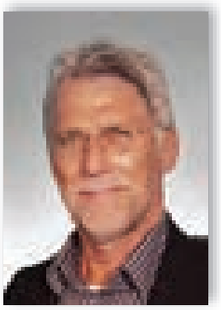


Christiane Kamm
Sachbearbeitung
Projekte
(0231) 50-2 97 86

Petra Kuicke
Sachbearbeitung
Projekte
(0231) 50-2 47 19

Dr. Elvira Metze
Weiterbildungsmanagement
vhs.campus
(0231) 50-2 24 32

Inge Rein
Sachbearbeitung
Projekte
(0231) 50-2 97 87



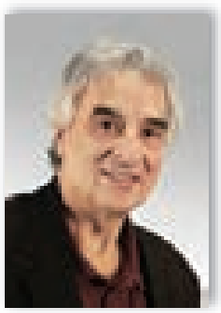
Meinolf Viedenz
Weiterbildungsmanagement
Projekte
(0231) 50-2 47 20

Lena Napierkowski
Auszubildende
(0231) 50-2 39 82

Abteilung 2 Angebote für den Beruf, Sprachen, Politik, Kultur, Gesundheit

Britta Bollermann
Stellv. Abteilungsleitung
Weiterbildungsmanagement
Sprachen, Politik, Ökologie
(0231) 50-2 24 38

Marlis Besançon-Frindt
Sachbearbeitung
Gesellschaft, Kultur,
Gesundheit, Kreativität
(0231) 50-2 41 00



Rainer Bommert
Weiterbildungsmanagement
Grundbildung, Sprachen,
Kultur, Stadtteile
(0231) /50-2 47 10

Sabine Freyth
Sachbearbeitung
Elementarbildung, Beruf, Kultur,
Gesellschaft, Gesundheit
(0231) 50-2 47 18

Sabine Hoffmann
Sachbearbeitung
Arbeit und Beruf, Sprachen,
Politik, Ökologie
0231/50-2 56 22

Alper Kabantas
Fachgruppenleitung
Verbraucherinformation
Sachbearbeitung Sprachen
(0231) 50-2 47 03

Sabine Kieserling
Weiterbildungsmanagement
Arbeit und Beruf, Kultur,
Fotografie
(0231) 50-2 71 04

Martina Leveque
Sachbearbeitung
Kultur, Gesellschaft,
Gesundheit
(0231) 50-2 48 92

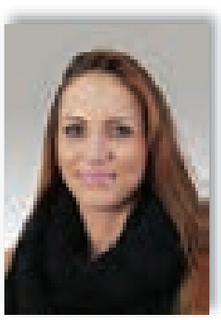
Jessica Pothmann
Weiterbildungsmanagement
Gesundheit, Nähen
(0231) 50-2 48 36

Kerstin Piel
Weiterbildungsmanagement
Englisch
(0231) 50-2 74 71

Tanja Rogowski
Fachgruppenleitung
Astrophysik
Sachbearbeitung Sprachen
(0231) 50-2 48 91

Ulrike Rüthing-Vollmer
Weiterbildungsmanagement
Sprachen, Kultur
(0231) 50-2 47 29

Sylvia Strauch
Fachgruppenleitung
Nordeuropäische Sprachen
Sachbearbeitung Sprachen
(0231) 50-2 56 26



Vivien Giese
Auszubildende
(0231) 50-2 48 59

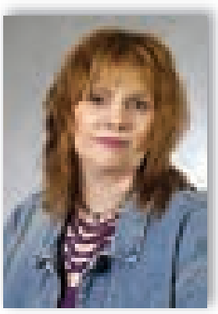
Kristin Zeuch
Auszubildende
(0231) 100 44

Abteilung 3 Schulabschlüsse

Rainer Vollmer
Abteilungsleitung
Schulabschlüsse
(0231) 50-2 93 94

Annegret Lippsmeier
Stellv. Abteilungsleitung
Weiterbildungslehrerin
Schulabschlüsse
(0231) 50-2 93 95

Petra Adamski
Weiterbildungslehrerin
Schulabschlüsse
0231/50-2 93 95



Gabriele Donvito
Sachbearbeitung
Schulabschlüsse
(0231) 50-2 93 95

Heike Dutkowski
Weiterbildungslehrerin
Schulabschlüsse
0231/50-2 93 95

Joanna Kalytta
Weiterbildungslehrerin
Schulabschlüsse
Fachgruppenleitung Ernährung
(0231) 50-2 47 17

Walter Lilie
Weiterbildungslehrer
Schulabschlüsse
(0231) 50-2 93 95

Marianne Rose
Weiterbildungslehrerin
Schulabschlüsse
(0231) 50-2 93 95

Birgit Zehnter
Weiterbildungslehrerin
Schulabschlüsse
(0231) 50-2 93 95

Abteilung 4 Teilnehmerservice, Rechnungswesen, interner Service

Ivonne Jeske
Abteilungsleitung
Verwaltung
(0231) 50-2 48 63

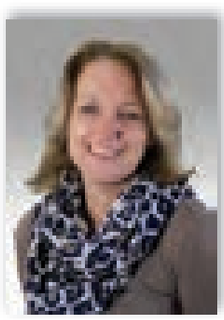
Bianka Baumhögger
Stellv. Abteilungsleitung
Online-Marketing
IT-Administration
(0231) 50-2 47 22

Anke Breidenstein
Beschaffungswesen
Anlagenbuchhaltung
(0231) 50-2 74-14

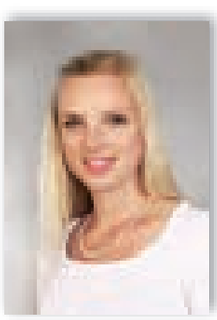
Sebastian Gapski
Raummanagement
Kundenservice
(0231) 50-2 47 12

Frauke Gotlin
Gebäudemanagement
(0231) 50-2 47 02

Birgit Jäger-Lemke
Buchhaltung
Statistik
(0231) 50-2 47 11



Tanja Kurowski
Kundenservice
(0231) 50-2 56 11



Lorena Lerche
Kundenservice
Kassenleitung
(0231) 50-2 47 24

Jürgen Koch
Haus- und Dozentenservice
(0231) 50-2 47 33

Peter Kosalla
Haus- und Dozentenservice
(0231) 50-2 47 33

Peter Lindner
Haus- und Dozentenservice
(0231) 50-2 47 33

Tanja Riemann
Kundenservice
(0231) 50-2 60 85

Dieter Schütz
Öffentlichkeitsarbeit
Marketing
(0231) 50-2 49 06

Jürgen Schulz
Haus- und Dozentenservice
Gruppenleiter
(0231) 50-2 47 33

Natalie Konrad
Auszubildende
(0231) 50-2 56 11

Marcel Masurat
Auszubildender
(0231) 100 10

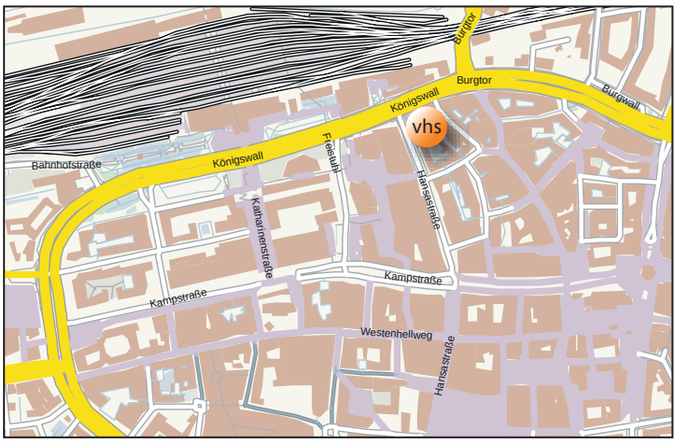
vhs.standorte

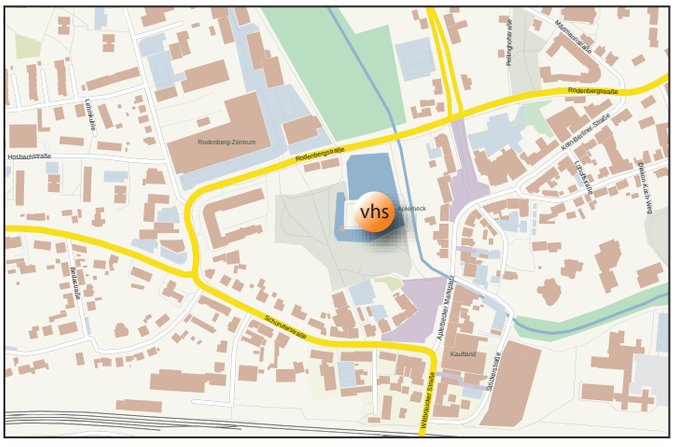
Löwenhof

Hansastraße 2-4
44137 Dortmund

Wasserschloss Haus Rodenberg

Rodenbergstraße 36
44287 Dortmund





Parken:
CineStar Parkhaus, Steinstr. 44
(für VHS-Kundenkarteninhaber/innen ermäßigt)
Alte Post, Königswall
Fina Parkhaus, Kuckelke 13
Parkhaus Freistuhl, Freistuhl 17

Fahrradstellplätze vorhanden

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
Der Löwenhof befindet sich etwa 2 Min. Fußweg vom Dortmunder Hauptbahnhof und von der Stadtbahnhaltestelle Kampstraße entfernt

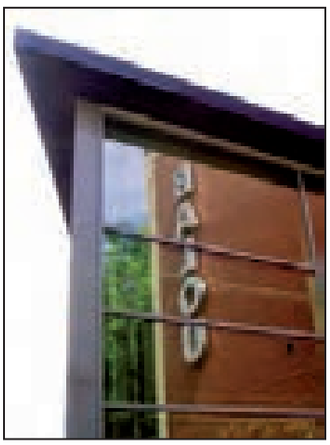
Parken:
„Rodenberg Center",
Rodenbergstraße 17-25
Ab 17.00 Uhr – Parkplatz der Bezirksverwaltungsstelle Aplerbeck
(Einfahrt „Postkutsche"), Schüruferstraße

Mit dem Bus:
Haltestelle Aplerbeck
Linien 420, 437, 438, 439, 440

Mit der Stadtbahn:
Endstation Aplerbeck U47

Creativzentrum

Oberbank 1
44149 Dortmund



VHS im Kultur- und Bildungszentrum Balou (Klinkeranbau)

Oberdorfstraße 23
44309 Dortmund

Schulabschlüsse

Rheinische Straße 69
44137 Dortmund

Parken:
Parkplätze und Fahrradstellplätze sind vor Haus 1 vorhanden

Mit dem Bus:
Haltestelle Sengsbank
Linien 465, 466
Haltestelle Oberbank
Linie 447

Mit der S-Bahn:
Haltestelle Dortmund Dorstfeld-Süd
Linie S1

Parken:
Parkplätze und Fahrradstellplätze sind in der Umgebung vorhanden

Mit dem Bus:
Haltestelle Brackel Kirche
Linien 420, 422

Mit der Straßenbahn:
Haltestelle Oberdorfstraße
Linie U 43

Parken:
Parkplätze und Fahrradstellplätze sind in der Umgebung vorhanden

Mit der Stadtbahn:
U 43/U 44
Haltestelle „Unionstraße“

Fahrzeiten und Fahrplaninfomationen:
Dortmunder Stadtwerke, VRR und Deutsche Bahn unter
http://efa.vrr.de